

विषयिका (कॅलेरा) संबंधी

उपयोगी माहिती, सूचना

तथा सामान्य औषध.

लेखक तथा प्रकाशक:

नटवरदास डेनेयादास वैष्णव.

*The St. John Ambulance Association
Certificates Holder.)*

मुद्रणालय (काठियावाड.)

वि. संवत् १९७६.

ई. स. १९२०.

किंमत आठ आना.

નીમચ, (બી. બી. એન્ડ સી. આઇ રેલ્વે
તારીખ ૧૦-૭-૧૯૧૮.

આપે મોકલેલો “વિપૂચિકા (કોલેરા) સંખ”
ઉપયોગી માહિતી, સૂચના તથા સામાન્ય આપદ
નામનો લેખ મહેં ઘણીજ કાળજી સાથે વાંચ્યો છે. આ
વિદ્વાન વૈદ્યો-તથા-ડોક્ટરોના લેખોનું અવલોકન કરી હાં
સિદ્ધ થયો છે, જેથી તેમાં કોઈ પણ પ્રકારે સુધારો-વ
કરવાપણું રહેતું નથી. આવો ઉપયોગી લેખ જનસ
રજી કયો છે તેથી ધન્યવાદ ઘટે છે ને આશા છે
ઘણીજ પ્રીતિ પાત્ર નિવડશે.

(મહી) માણેકલાલ રવિરાંકર ઘોડા

એલ. એમ. એન્ડ એસ.

આર્મિસ્ટ્રાંટ સર્જન, બી. બી. એન્ડ સી. આઇ.

ગુજરાત વિદ્યાપીઠ ગ્રંથાલય

[ગુજરાતી કૉપીરાયિટ વિભાગ]

અનુક્રમાંક ૮૬૨૧

વર્ગિક

પુસ્તકનું નામ વિપ્રયિડા સંપાદન

ગુજરાતી માર્ગિક

વિષય ૬૨૪ : ૪૨૪૪ : ૬

વેપૂચિકા (કૉલેરા) સંબંધી ઉપ-
યોગી માહિતી, સૂચના તથા
સામાન્ય ઔષધ.

લેખક તથા પ્રકાશક:

નટવરલાલ કેનેયાલાલ વૈષ્ણવ.

(*The St. John Ambulance Association*
C. Certificate Holder.)

જીનાનક (કાઠિયાવાડ.)



વિ. સંવત ૧૯૭૬.

ઈ. સ. ૧૯૨૦.

અમદાવાદ

શ્રી ગુજરાત પ્રોન્ટીંગ પ્રેસમાં શ્રી. સોમાલાલ મંગળદાસે છાપ્યું.
૬. પાંચકુવા, હરણવાળી પોળ.

કિંમત આઠ આના.

તમારા તરફથી ' કાલેરા ' સંબંધીના લેખ વાંચવા માટે મોકલવામાં આવ્યાં તે વાંચી જોતાં તમોએ લીધેલા શ્રમ માટે જેટલો ધન્યવાદ આપીએ તેટલો આછો છે. આજે ભાગે દરેક માણસથી પહોંચી શકાય તેમજ મેળવી શકાય તેવી ધરણતુ ક્વાચોના તેમાં સમાવેશ કર્યો છે તે ખાસ ધ્યાન ખેંચે છે. તે સાથે વિલાયતી ઉપચારો પણ આઠા વપરાશવાળા તમોએ તેની અંદર સૂચવ્યા છે તે પણ બહુજ પ્રશંસનિય છે. તમારો લેખ જનસમાજને ઘણોજ ઉપયોગી થકં પડે તેવો છે અને તે માટે હું તમોને અંતઃકરણથી કૃતેહ કૃત્તિહું છું.

(nd). Jhaverilal G. Vasavada, L. M. & S.
આસિસ્ટન્ટ સર્જન, જનરલ હોસ્પિટલ.

જુનાગઢ.

જુનાગઢ.

નં. ૬૫-૧૦૧૬૧૬.

અર્પણ પત્રિકા.

ખુદાવીંદ નેક નામદાર ઠાકોર સાહેબ
શ્રી ૧૦૭ હ.રેશ્વરસિંહજી હેમતસિંહજી,
સ્વસ્થાન મુળી.

નામદાર સાહેબ,

યૌવન, લક્ષ્મી અને રાજ્ય સત્તાનો આપ નામદારના ભાગ્યશાળી જીવનમાં મધુર સંયોગ થયેલો છતાં સરલતા, રેયતને સુખી અને આખાદ રાખવાની અમાપ ઉત્સુકતા, વિદ્યા વૃદ્ધિના ઉપાયોમાં પ્રમુખતા અને સદૃશ્યોના લેખકો તરફ સહાનુકંખ્યા વગેરે અસાધારણ ગુણો આપ સાહેબમાં સંપૂર્ણ ખીલેલા નીહાળી અને તેથી આકર્ષાઈ આ સર્વોપયોગી પુસ્તક આપ નામદારને અર્પણ કરતાં અતિ આનંદ પામું છું.

આપ નામદારનો આભારી,
નટવરલાલ કનૈયાલાલ વૈળજીવ.

No. 36 of 1916.

MUNICIPAL OFFICE.

Junagadh, 20th June 1916.

This is to Certify that *Mr. Natwarlal Kaniyalal Vaishnav* has attended all the Lectures in the "HOME HYGIENE CLASS," conducted by me in last February and March 1916, and that he has shown great enthusiasm to understand the principles.

(*Sd.*) **Shivshanker V. Dave.**

S. A. S., M. R. San I.

Health Officer & Municipal Secretary.

JUNAGADH.

પ્રસ્તાવના.

વિદ્વાન વૈદ્યો-ડૉક્ટરો તથા અનુભવિઓના “કૌલેશ” સંખ્યામાં વિસ્તારથી લખાયેલા-વિશ્વાસ પાત્ર-જુદા જુદા ગ્રંથો, લેખો અને ભાષણોનું લાંબા વખત સુધી વાંચન-મનન અને-ચેપી એક માણસથી બીજા માણસને હો (કૌલેશ, મરઠી, મરડો, ટાઈફોઇડ તાવ, ક્ષય, શીતળા) ટાળીયો તાવ અને રેતાળ પ્રદેશની માખેનો તાવ-એવા રોગો અને તેનો અટકાવ, હવા અને તેનો અવર જવર, પાણી અને તે પુરું પાડવાનાં સાધનો, ખોરાક, કપડાં, ઘરો અને તેની આસપાસના સંજોગો, કચરાનો નિકાલ, જીવજંતુ અને તેથી થતાં દર્દો, ચેપની નાશ કરવાની રીતો વિગેરે વિગેરે વિષયોનું “ગૃહ આરોગ્યવિદ્યા” (Home Hygiene & Sanitation) ના વર્ગમાં ધારણસર શિક્ષણ લઈ પરીક્ષા પાસ કરી-સર્ટીફિકેટ મેળવ્યા પછી-“કૌલેશ” જવા મોટા આફતના વખતમાં નાનાં ગામો કે જિવાં બીજાં સ્થળો કે જ્યાં વૈદ્ય-ડૉક્ટરની મદદ મેળવી નજ સકાય તેમ હોય ત્યાં સામાન્ય વર્ગના લોકોને “કૌલેશનું સ્વરૂપ” અને તેમાંથી “ખચવાના બની શકતા ઉપાયો” જણવાતો માર્ગ સરલ થઈ અણીને પ્રસંગે ઉપયોગી થઈ પડે એ હિત હેતુથી આ ન્હાનું પુસ્તક તૈયાર

કરવામાં આવેલ છે અને તેથી કોઈને પણ આ પુસ્તકથી કોઈ હાથેડો થશે તો મહેં લીધેલા શ્રમ સફળ થયેલો છે તેમ સ્મરણશ.

આ સર્વોપયોગી લઘુ લેખ છપાતાં પહેલાં તેને કાળજી-પૂર્વક વાંચી જવા માટે બી. બી. એન્ડ સી. આર્થ. રેલ્વે મેડીકલ ઓફીસર ડૉ. માણેકલાલ રવિશંકર ઘોડા, એલ. એમ. એન્ડ એસ. તથા બુનાગઢ જનરલ હોસ્પિટલ આસિસ્ટન્ટ સર્જન એ-રીલાલ ગિરજશંકર વસાવડા, એલ. એમ. એન્ડ એસ. તરફથી જે શ્રમ લેવામાં આવ્યો છે તે માટે હું તેઓના તેમજ જે જે વિક્કાન વૈદ્યો-ડોક્ટરો તથા અનુભવીઓના ખાસ ખાત્રિ લાયક અનેક લેખોના આધારે આ સર્વોપયોગી પુસ્તક તૈયાર કરવામાં આવ્યું છે તે સર્વનો આ સ્થળે હું અંતઃકરણ પૂર્વક આભાર માનું છું.

છેવટે, જગત્પિતા, મનુષ્ય જાતને, કરોડો કિમતી જનોના કલ્યાણને કોળીઓ કરી જનારા-એવી રોગોના પ્રાંજમાંથી બચાવી લીધેલું બનાવો એજ યાચના !

અશ્વત્થ વર્ષ ૧૦, મંગળવાર
વિ. સં. ૧૯૭૫.
બુનાગઢ (કાઠીયાવાડ.)

નરવરલાલ કનૈયાલાલ વૈષ્ણવ.

અનુક્રમણિકા.

	વિષય.	પૃષ્ઠ.
૧	કાલેરાની ઉત્પત્તિનું મૂળ કારણ—સૂક્ષ્મ જંતુઓ. ...	૧
૨	કાલેરાનાં જીદાં જીદાં નામે	૧
૩	કાલેરાનાં ખાસ લક્ષણો.... ..	૨
૪	કાલેરા અને તેનો જીદી જીદી ઋતુ સાથે સંબંધ....	૨
૫	કાલેરામાં મરણ પ્રમાણ.... ..	૩
૬	કાલેરાનો ફેલાવો માખીઓ ઠંવી રીતે કરે છે! ...	૩
૭	કાલેરાનું ઝેર શરીરમાં દાખલ થયા પછી તેની અસર ખહાર જણાતાં લાગતો વખત.	૪
૮	કાલેરાના દરજ્જા.	૪
૯	કાલેરાના દર્દીની સારવાર કરનારે રાખવી જોઈતી ખાસ સંભાળ.	૭
૧૦	કાલેરાના દર્દ માટે કેટલાંક દેશી ઔષધો... ..	૧૧
૧૧	કાલેરાના સમયમાં મ્યુનિસિપલ, મેડીકલ, પોલિસ વગેરે ખાતાઓ તથા ગામવાસીઓનાં કર્તવ્ય. ...	૨૬
૧૨	કાલેરાના ચેપની સામે બચાવ કરવાનો એક ઉત્તમ ઉપાય—સ્થાન ત્યાગ.	૩૦
૧૩	ના બધાને કાલેરાના ચેપવાળું સ્થળ નહીં ઓળખી	

- શકતા લોકોએ તે રોગ થતો અટકાવવા ખાસ ધ્યાનમાં
લેવા જવા કેટલાક નિયમો અને દેશી ઔષધો. ... ૩૧
- ૧૪ કોલેરાનો રોગ થતો અટકાવનારાં વિદેશી ઔષધો. ... ૩૬
- ૧૫ કોલેરાનો રોગ થયેલો મટાડનારાં વિદેશી ઔષધો. ... ૩૭
- ૧૬ ઝેરી જંતુ નાશ કરવાના દેશી ઉપાયો. ... ૩૯
- ૧૭ ઝેરી જંતુ નાશ કરવાના વિદેશી ઉપાયો.... ૩૯
- ૧૮ કોલેરાના વખતમાં ઉપયોગી ધૂપ-ધૂમાડા.... ૪૦
- ૧૯ કોલેરાના વખતમાં ઉપયોગી ત્રાંખાનું તાવીજ. ... ૪૦
- ૨૦ કેટલાક ડોક્ટરોએ કોલેરાના રોગ ઉપર ખાસ ઉપ-
યોગી કરાવેલાં કેટલાંક ઔષધો. ... ૪૧
- ૨૧ કોલેરાનો રોગ થતો અટકાવવા માટે તથા થયેલ
રોગ મટાડવા માટે ઘણા લોકોમાં વિશ્વાસથી વપરાતી
તૈયાર મળતી કેટલીક દવાઓ વિગેરે અને તે મળ-
વાના ઠેકાણાં. ... ૪૨
- ૨૨ કોલેરાના રોગને લગતાં અગત્યનાં ઇંગ્રેજી તથા
ગુજરાતી પુસ્તકો વિગેરે. ... ૪૪



વિષ્ણિકા (કૉલેરા)

સંબંધી ઉપયોગી માહિતી, સૂચના તથા
સામાન્ય ઔષધ.



કૉલેરાની ઉત્પત્તિનું મૂળ કારણ-સૂક્ષ્મ જંતુઓ:—

સૂક્ષ્મદર્શકયંત્ર વડેજ જોઈ શકાય તેવા ઝીણા જંતુઓ કૉલેરાની ઉત્પત્તિના કારણરૂપ છે. એ જંતુઓ પહેલ પહેલાં ઈ. સ. ૧૮૮૪ માં ઠલકતાના કૉલેરા કમીશન ઉપર નીમાયેલા ડૉક્ટર ક્રાક નામના એક વિદ્વાને શોધી કાઢ્યા છે. એ જંતુઓ કાદવ, ઠાચડ, મેલ ઉપર જીવે છે, અને તેની સંખ્યા ઘણી ઘણી ઝડપથી વધે જાય છે. એ જંતુઓ સુકાય જાય છે તોપણ તેઓમાં જીવ રહે છે. માત્ર તેવી હાલતમાં તેઓની સંખ્યા વધી શકતી નથી. ફરી અનુકૂળ સંજોગો પ્રાપ્ત થયે તેઓની સંખ્યા વધી શકે છે.

કૉલેરાનાં જીદાં જીદાં નામે:—

કૉલેરા—વિષ્ણિકા, મહામારી, અકાળમૃત્યુ, ડાગળીયું, નઠારું, માતાનું, હેબ, ડાક ઇત્યાદિ જીદે જીદે નામે જીદા જીદા દેશમાં ઓળખાય છે. તે સખ્ત અને ખાસ ઉડતો ચેપી રોગ છે.

કૌલેરાનાં ખાસ લક્ષણો:—

જેને એ દરદ લાગુ થવાનું હોય છે તેને થોડી ખેંચેની થાય છે. પછી ઉખંડા થાય છે. ચાલુ ઉલટી, ચુંક સાથેના અગર ચુંક વગરના પાતળા-ચોખ્ખાના ઓસામણ જેવા ઝાડા, થોડો થોડો પેસાખ અગર તદ્દન પેસાખનું પેદા થવું ખંધ પડવું, પુષ્કળ પસીનો અને શરીરની તદ્દન નિર્જળતા, હાથ પગનાં આંગળાંની કરથલીઓ, આંખો ઉંડી ઉતરી જવી, ચેહેરામાં ચિંતા, હાથ, પગ અને જાંઘના અસહ્ય ગોઠલા તેથી હાથ પગ પછાડવા, શ્વાસમાં ગભરાટ અને તેની રૂંધણુ અને તેથી થતી ખેંચેની, અવાજનું મંદ પડવું-ખોખરો અને કોઇ કોઇ વખતે તદ્દન ખેંઠેલો હોય છે. મંદ અવાજથી “તરસ લાગે છે” “છાતી ખર્જે છે” તેમ દર્દીએ કહ્યા કરવું, હાથ પગ પછાડવા, નાડી-ઉતાવળી, નાની અને આંગળી વડે દબાવ્યાથી ખંધ પડતી લાગે છે. શરીરની ગરમી જલદીથી જતી રહે છે એટલે શીત આવે છે. હાથ પગ તદ્દન ઠંડા અને શીતલ અને પછી તે દર્દીને ઝાંખો આવે છે.

કૌલેરા અને તેનો જીદી જીદી ઋતુ સાથે સંબંધ:—

ગરમીથીજ કૌલેરા ફાટી નીકળતો નથી, તેમઠંડીથી ખંધ પણ પડી જતો નથી. જે ચોમાસામાં વર્ષાદ થોડો પડ્યો હોય છે તેના પછીના ઉનાળામાં કૌલેરા ફાટી નીકળવાની ધાસ્તી વધારે છે. તેમ ધોધખંધ વર્ષાદ પડવાથી કૌલેરાનું ઝેર ધોવાય જાય છે અને રોગ ઘણો ઓછો થઇ જાય છે. ભયંકર આગ લાગવાથી પણ તેટલી જગ્યામાં કૌલેરાના જંતુનું ઝેર નાશ પામે છે દુષ્કાળથી

એ રોગમાં જખરો વધારો થાય છે. કારણકે દુઃકાળમાં :લોહિનો માટો ભાગ ગમે તેવો હલકો ખોરાક ખાય છે અને તેથી રોગની સાથે ટકર ઝીલી ન શકે તેવાં તેમનાં શરીર નખળાં થઈ ગયેલાં હોય છે.

કાલેરામાં મરણ પ્રમાણ:—

જુદા જુદા દેશના રોગચાળામાં મરણની સંખ્યા જુદી જુદી આવે છે: કેઈ વખતે સેંકડે ૮૦ ટકા મરણ થાય છે. પણ ઘણું કરીને ૨૫ ટકાથી તે ૮૦ ટકા મરણ થાય છે. કાલેરાથી ૨,૮૮,૦૪૭ મરણો અને ૧૯૧૬-૧૭ ની સાલમાં થયાનું સરકારી રીપોર્ટમાં જણાવેલું છે. એમ કહેવાય છે કે કાલેરાથી સ્ત્રીઓ કરતાં પુરૂષોમાં વધારે મરણો થાય છે. પરંતુ ૨૫ વર્ષની ઉમ્મર સુધી સ્ત્રીઓમાં મરણો વધારે હોય છે. ન્હાની ઉમ્મરમાં તથા વૃદ્ધાવસ્થામાં વધારે મરણો થાય છે. કારણકે બચપણ અને ઘડ-પણ એ બન્ને વયમાં શરીરમાં શક્તિ ઓછી હોય છે. બે ગર્ભિણી સ્ત્રીને કાલેરાનો રોગ લાગુ પડે છે તો ગર્ભસ્થાન ઉપર અસર થઈ તેમાંથી લોહી વહી ગર્ભ પડી જઈ શ્વાસ તથા હેડકી થઈ સ્ત્રીનું મરણ થાય છે. એટલા માટે જ્યાં કાલેરાનો રોગ ચાલતો હોય ત્યાંથી ગર્ભિણી સ્ત્રીને બની શકે તેઓએ તો અવશ્ય ખેસ-વવી બેઘએ.

કાલેરાનો ફેલાવો માખીઓ કેવી રીતે કરે છે !

માખી જેવું ન્હાનું પ્રાણી-કાલેરા જેવા ભયંકર રોગનો ભારે ફેલાવો કરવાનું મ્હોટું સાધન થઈ પડે છે. “ માખી ચંદન

પરહરે અને દુર્ગન્ધ હોય ત્યાં જાય.” એ સત્ય છે. કેમકે માખી સુગન્ધમય ચીજોનો ત્યાગ કરી આડા, પેસાળ, ઉલટી વિગેરે ગંદી ચીજો ઉપર ખેસવા ઉઠવાનું વધારે પસંદ કરતી જોવાય છે. કૉલેરાના દર્દીનાં આડા, પેસાળ, ઉલટી વિગેરે ખહાર એમને એમ કાઢીને ફેંકી દીધાં હોય છે અને તેવી ચેપવાળી વસ્તુઓ ઉપર માખી ખેસે ઉઠે છે તો તેનાં પગ તથા પાંખોને તેવી ચીજો ઉપરના જંતુઓ વળગે છે, અને તે માખી તેવી ચીજો ઉપરથી ઉડી ગમે તે ઘરમાં ઉડી જઈ જીંજી ખોરાક, પાણી, દૂધ વિગેરે ખુણાં હોય છે તે ઉપર ખેસે છે કે તરતજ તે તે ચીજોમાં તે ચેપ દાખલ કરી દે છે. કૉલેરાના રોગ સંખંધ ખડુ કાળજીપૂર્વક શોધ જોળ કરવામાં મચી રહેલા વિદ્વાન ડોક્ટરોએ એવી માખીનું પેટ ચીરી જોતાં તેમાં એ જંતુઓ ત્રણ દિવસ સુધી જીવતા જોવામાં આવ્યાનું લખેલ છે. આવી રીતે કૉલેરા, ટાઇફોઇડ વિગેરે મહાનુ ચેપી રોગોનો ફેલાવો કરનાર માખીને ઘણા ડોક્ટરો મનુષ્ય પ્રાણી નો કદો દુશ્મન સમજે છે.

કૉલેરાનું ઝેર શરીરમાં દાખલ થયા પછી તેની

અસર ખહાર જણાતાં લાગતો વખત:—

શરીરમાં કૉલેરાનું ઝેર દાખલ થયા પછી તે ૨૪ કલાકથી તે ૩ દિવસમાં ખોતાનું જોર ખતાવે છે.

કૉલેરાના દરજ્જા:—

કૉલેરાના રોગનાં લક્ષણો ધીમે ધીમે ઉત્પન્ન થાય છે અને તેથી કરીને તે રોગના ત્રણ દરજ્જા નીચે પ્રમાણે પાડેલા છે:—

૧. રોગનો હુમલો—રોગનું પ્રત્યક્ષ (ખહાર) દેખાઇ આવવું.
૨. ઝાળો આવવો.
૩. રોગમાંથી ખચી જવું.

૧. રોગનો હુમલો—રોગનું પ્રત્યક્ષ (ખહાર)

દેખાઇ આવવાનાં ચિન્હો:—

કાલેરાનો રોગ જને લાગુ થવાનો હોય છે તેને બેચેની રહે છે. થાક લાગે છે, તનમનની મહેનત ગમતી નથી, શરીર તૂટતું રહેવાથી પડી રહેવા ઇચ્છે છે, શોકાતુર થાય છે, ચક્કર આવે છે, કાનમાં અવાજ થાય છે, માથું ભારી લાગે છે, અને ઘણી વખતે માથાનો દુખાવો થાય છે. એ ચિન્હો રોગનો હુમલો થવાનાં ગુપ્ત લક્ષણો છે. ત્યાર પછી બે ચાર કલાકે ગભરાઇ ઉઠી દર્દીને પાયખાને જવાની હાજત થાય છે અને તે પાયખાના સુધી પહોંચે—ન પહોંચે એટલામાં તો તેને મોટો દસ્ત આવે છે. એ દસ્ત આવ્યાથી એકદમ તે કૈવત વગરનો થઇ જાય છે અને ગભરાતો ગભરાતો ઉભો થાય છે; એટલામાં તદ્દન પાતળો બીજો દસ્ત આવે છે, સાથે ઉલટી થાય છે, આંખે અંધારા આવે છે અને ચહેરો લુખો નિસ્તેજ જણાય છે.

૨. ઝાળો આવવાનાં ચિન્હો:—

. થોડીવારમાં વધારે ઉલટી તથા ઝાડો આવે છે અને તરત શરીર ટાકું પડવા માંડે છે. હાથ, પગ અને ચેટમાં ગોઠલાં ચડવાં શરૂ થાય છે, ધીમે ધીમે નાડી પાતળી પડવા માંડે છે અને

ઝાડીવારમાં તે ગેબ થઈ જાય છે, તોપણ દહીં શુદ્ધિમાં હોય છે. આમ થતાં શરીર વધારે વધારે ટાકું થતું જાય છે, પરસેવા ખડ્ડુજ થાય છે, ઝાડા ચોખાના ઘોઆણુ જેવા રંગના થાય છે, આંખોમાં ખાડા પડે છે, હૃદય આવતી નથી, કાને સંભળાતું નથી અને ન સમજાય તેમ છેક ધીમેથી ખોલી શકે છે. કેટલીક વારે ઉલટી તુરત તુરત થવા માંડે છે, શરીરમાં તમામ શીત ઢળી જાય છે, રહેરો ખીલામણુ થાય છે, આંખો ખડ્ડુજ અંદર ઉતરી જાય છે, શરીર ઠંડું છતાં પણ કંઈ ઓઠી શકાતું નથી, ખિછાનામાં આમ તેમ ગોથાં ખાધા કરે છે, રહેરાપર કાળાશ દેખાય છે, પેસાળ ખંધ થાય છે, નખ કાળા થઈ જાય છે, દમ ચાલવા માંડે છે અને એવી રીતે રીખાતાં દહીં જે ત્રણ કલાકમાં મરણુ પામે છે. કોઈ કોઈ વખતે એથી પણ ટુંકી મુદતમાં દહીંના માણુ જાય છે અને વખતે લાંબાય પણ છે.

ઉપર જણાવેલી કૌલેરાની નિશાનીઓ ખધી એકદમ થતી નથી, કોઈને કાંઈ તથા કોઈને કાંઈ થાય છે. શરીર ટાકું પડતી વખતે ઝાડો ખંધ થાય છે અને ઉલટી પણ ખંધ થઈ પેટ ચડે છે. ધીમે ધીમે ગોઠલાં વધારે જોસથી ચડવા માંડે છે, સ્નાયુ ખેંચાઈ લાકડાં જેવા થઈ જાય છે, પેસાળ થોડો ઉતરે છે અથવા લદન ખંધ પડે છે, પાણીની તરસ વધારે લાગે છે, શ્વાસોશ્વાસ અને લોહી ચાલવાની ગતિ મંદ પડી જાય છે અને રહેરો કાળો થઈ મરણુ નીપજે છે. ટુંકામાં પેસાળ પેદા થતો ખંધ થયો હોય, પેટ ચડ્યું હોય, ઉલટીની સાથે હેડકી શરૂ થઈ હોય અગર ઉલટી મટી હેડકી શરૂ થઈ હોય, તાવ આવ્યો હોય, સન્નિપાત

થયો હોય, નખનો તથા મ્હોડાંનો રંગ ખદલાઇ ગયો હોય, ઠંઠ ખેસી ગયો હોય, નાડી જતી રહી હોય અને શરીર ઠંડું પડી ગયું હોય તો દર્દી માટે ઘણુંજ, જોખમ સમજવું.

૩. રોગમાંથી ખચી જવાનાં ચિન્હો:—

પેશાબ છૂટવા માંડે છે.—પહેલાં પેશાબ ટપકે ટપકે આવી પછી ધારમાં આવી વજનમાં પણ વધે છે. આ ચિન્હ દર્દી માટે ઘણુંજ આશા ભરેલું છે. અહિંયાંથી રોગમાંથી ખચવાનો દરજ્જો શરૂ થયો સમજવો, આ વખતમાં પણ જીજ્ઞા ઝાડો ઉલટી દેખાય છે. પછી ઝાડો જીદા જીદા રંગમાં આવી આખરે પીળો થાય છે. નાડી ઠાંડા આગળ માલૂમ પડવા માંડે છે, હૃદયસ્થાનના અવાજ પાછા સંભળાય છે. શરીરમાં ગરમી પણ આવવા માંડે છે. (જે બીજાં સારાં ચિન્હો ન દેખાય તો એકલી શરીરની ગરમીથી ખુશી થવાનું નથી.) શરીરમાં તેજ આવે છે, અવાજ પાછો સારો થાય છે, શ્વાસ ખરાબર છૂટથી ચાલે છે, દર્દીને આ સ્થિતિમાં પણ તરસ લાગે છે પણ ભૂખ ઉઘડે છે, વારંવાર ઉંઘવા ધરછે છે. (ઉંઘ આવવી એ આરામ થવાનું ઉત્તમ ચિન્હ છે.) કોઇ કોઇ વખત બધો સુધારો થઇ જતાં પણ ઉલટી જેવું એકાદ ચિન્હ એવું રહી જાય છે કે ડોક્ટરોને પણ તે મટાડતાં શ્રમ પડે છે.

કાલેરાના દર્દીની સારવાર કરનારે રાખવી જોઇતી

ખાસ સંભાળ:—

“કાલેરાના રોગમાં સારી માવજતથી જેટલો ફાયદો થાય છે તેટલો બીજા કોઈ રોગમાં થતો નથી.”

(ડોક્ટર એવર્સ.)

કૉલેરા એ એક અજબ પ્રકારનો રોગ છે, તેમાં પહેલેથી છેલ્લે સુધી એક સરખાં ચિન્હો રહેતાં નથી. અને તેથી કેટલાક વખતે ઔષધ આપવાની રીતિમાં વખતો વખત ઘણો ફેરફાર કરવો પડે છે માટે એવા અજબ પ્રકારના દર્દીમાં—કુશળ વૈધ—ડોક્ટરની મદદ લેવા અને તેઓના કહેવા પ્રમાણેજ દર્દીની સારવાર અને ઔષધ કરવા દરેક જાણુ ખાસ ધ્યાનમાં રાખવું જોઈએ, તોપણ વૈધ—ડોક્ટરની મદદ ન જ મળી શકે તેવાં નાનાં ગામો કે સ્થળોમાં કૉલેરાના રોગ વખતે સારવાર કરનારે પોતાથી ખની શક્તા ખધા ઉપાયો જગતપિતામાં સંપૂર્ણ શ્રદ્ધા અને પોતામાં હિંમત રાખી ચાલુ કરી દેવા વખત ગુમાવવો નહિ જોઈએ; કેમકે એથી પણ ઘણી વખતે જીવંત બચાવી શકાય છે.

કૉલેરાના દર્દીની સારવારમાં રહેનારે પોતાના મનમાંથી એ દર્દના ભયને કાઢી નાંખવો જોઈએ, કેમકે ભય પામવાથી એ દર્દ એકદમ અસર કરી જાય છે.

શરીર ઉપર—જખમ, ઘારાં, ચાંદાં કે ચીરા પડેલા મનુષ્યે દર્દીની સારવારમાં રહેવામાં જોખમ સમાયેલું છે. કેમકે જખમ, ઘારાં, ચાંદાં કે ચીરા ઉપર ઝેરી જંતુ એકદમ લાગુ થતા હોવાથી ચેપ લાગવાનો સંભવ છે. તોપણ આવી ઇજવાળા માણસે દર્દીની સારવાર કરવા જરૂરજ હોય તો એવા ઇજવાળા લાગ ઉપર પાટો ખાંધી રહેવું જોઈએ.

દર્દીની સારવાર કરનારે—દર્દીને અથવા તેને જે જે વસ્તુઓ આપવામાં આવી હોય તેને હાથ લગાડ્યા પછી આંગળીઓ

મહેમાં નહિ નાંખવાની ખડુ સંભાળ રાખવી-દરેક વખતે દહીંને અડયા પછી-એક ભાગ કાર્બોલિક એસીડ અને ઓગણત્રીસ ભાગ પાણીનું લોશન તૈયાર કરી રાખી તે વડે અથવા તેા સારી જાતના સાબુથી હાથ ધોવા અને પછી સાફ કપડાંથીજ તે ઠારા કરવા જોઈએ, તેમજ કાલેરાના દહીંનાં આડા તથા ઉલટીના છાંટા સારવાર કરનારના કપડાં પર પડવાં ન જોઈએ અને જો પડે તેા તરતજ તેણે બીજાં કપડાં પહેરી લેવાં જોઈએ. દહીંની સારવાર કરનારે દહીંના ઓરડામાં ખાવા ખેસવું ન જોઈએ.

ઠંડીના દિવસો હોયતો દહીંના ઓરડામાં સગડી રાખી ઓરડાની હવા ગરમ રાખવી જોઈએ. ગરમીના દિવસો હોયતો દહીંને પવન આવે તેવી જગ્યામાં રાખવો જોઈએ અને પવનની સગવડ ન હોય તેા પંખાથી પવન નાંખવો જોઈએ. પણ શેક અને પવન એ બંને સાથે થવા ન જોઈએ.

દહીંના ઓરડામાં-પંચાંગ, પાંદડીઓ, અગરખત્તી, સુખડ અથવા લોખાનનો ધૂપ ઝેરી જંતુઓ જોર કરતા અટકે તે માટે કરતા રહેવું જોઈએ.

દહીંનું ખિછાનું તથા કપડાં ઉલટી આડાથી બગડેલાં રહેવાં ન દેતાં તુરત બદલી નાંખવાં જોઈએ. કાલેરાના દહીંનાં આડો, પેશાબ, ઉલટી બહાર ખુલ્લાં ફેંકી દેવાથી તેમાંના રોગના જંતુઓ હવામાં દાખલ થઈ પવન વાટે અનેક સ્થળે ફેલાઈ રોગચાળો વધારે છે માટે દહીંને આડો-પેશાબ-ઉલટી વિગેરે-કળીચૂનો-રાખ-ડામર-ગંધક- કાર્બોલિક પાઉડર-લાઇસોલ વિગેરેમાંથી એકાદ

ચીજ નાંખેલા વાસણમાં ઠરાવી તે વાસણ ઢાંકી ટાંકાં, ફૂવા, વાવ, કુંડ, તળાવ, નદિ વિગેરે પીવાનાં તથા ન્હાવાધોવાનાં સ્થળોથી દૂર જડા ખાડામાં દટાવી દઇ તે ઉપર સાફ માટી નાંખાવી દેવી બેઠક. અનેતો ખરાજ, ઘાસ તથા ઘાસતેલની મદદથી ખજાવી નાંખાવવાં બેઠક. દહીંના ઉલટી, આડાથી ખગડેલાં વાસણ તાપમાં ખૂબ તપાવ્યા અને સાફ મંજાવ્યા પછીજ ફરી ઉપયોગમાં લેવાં બેઠક. કાલેરાના દહીંનાં કપડાં-ગંધક વિગેરેનો ખૂબ ધૂમાડો દઇને અથવા કાર્બોલિક એસીડના પાણીમાં અથવા ખૂબ ગરમ પાણીમાં બે કલાક ઉકાળ્યા પછી ધોળીને ધોવા આપવાં બેઠક. કેમકે તેમ ન કરવામાં આવે તો ધોળીને ત્યાં અનેક કપડાની સ્ત્રેણસ્ત્રેણ થતી હોવાથી અનેક ઘેર ચેપ જવા સંભવ છે. દહીંનાં કપડાં-ખિછાંનાં અને તો ખાળી નાંખવા એજ ઠીક છે.

કાલેરા એ હળાહળ અજીર્ણ છે, માટે તે અજીર્ણ સારી રીતે મટતાં પહેલાં અનાજનો એક કણ પણ દહીંને ઝેર સમાન થઇ પડે છે; શેકેલ હિંગ (વધારણી) તથા શેકેલ જીરું નાંખીને મોળી છાશ પાવી, આડો ઉલટી સારી રીતે ખંધ પડ્યા પછી પણ એકાદ દિવસ સુધી આહ અને સાળુ ચોખાની મીઠું નાંખેલી કાંજ પાચા કરવી. દહીં સારી રીતે હુશીયારીમાં આવ્યા પછી તથા સારી રીતે બૂખ લાગવા માંડ્યા પછી મગનું ઓસામણ કે તુરવાળનું પાતળું પાણી વધારીને તેમાં જરા જરા ભાત (ચોખા) મેળવીને આપવાં. દર્દ ઉથલો ન મારે, તે માટે ખોરાકની આટલી સાવચેતી રાખવાની જરૂર છે. કેમકે તેના પેટમાં પાચનશક્તિ ખિલકુલ હોતી નથી. ટુંકામાં કાલેરાનું એકે એક ચિન્હ જાય ત્યાં

સુધી કઠણ પદાર્થ દહીંને ખાવામાં કદિ આપવો નહિ તેમ તેને જરાએ મહેનત કે થાક લાગવા દેવો નહિ. ખોરાક આપતી વખતે અને દવા પાતી વખતે પણ માથું સહેજજ ઉંચું કરવું. દહીંને ખોરાક ઉપર, ખહુજ ધીમે ધીમે ચડાવવો, થોડા દિવસ સુધી, જમ્યા પછી “અગ્નિ તુણ્ડી” અને સહવારે “મુદશની ચુર્ણ” આપવું, અને ખોરાકમાં છાશ વધારે આપવી.

દહીંની સારવાર અને ખોરાકમાં ગફલત થવાથી કૌલેરાનું દર્દ ઉથલો. મારે છે. વળી કૌલેરાના સપાટામાંથી બચ્યા છતાં પણ માણસને (ટાઇ ફાઇડ) તાવ આવે છે અથવા મૂત્રાશયમાં સોજો થાય છે અથવા પેશાબ બંધ રહેવાથી તેમાં રહેલો ક્ષાર લોહીમાં મળી જાય તો તેથી પણ તંદ્રા થઇ દહીંનું મૃત્યુ થાય છે. માટે કૌલેરા મટી ગયા પછી પણ દહીંની ઘણા દિવસ સંભાળ રાખવા જરૂર છે. તેને ઝાડો સાફ આવતો રહે તેવી તજવીજ રાખવી જોઇએ. પેશાબ પણ બંધ થવા દેવો નહિં જોઇએ. તેમ બંધ રાખવો પણ નહિં જોઇએ. માથાપર ચડેલી ગરમીને સાંત કરવાના ઉપાય કરવા જોઇએ. અને કુશળ વૈદ-ડોક્ટરથી તપાસ કરાવી મૂત્રાશયનો સોજો ઉતરી જાય તેમ કરવું જોઇએ. મતલબ કૌલેરાનું દર્દ મટી ગયા પછી પણ દહીંની સારવાર અને ખોરાકમાં સંભાળ ખરોખર રહેવાં જોઇએ.

કૌલેરાના દર્દ માટે કેટલાંક દેશી ઔષધો:-

કૌલેરાના વખતમાં જરા પણ અજીર્ણનાં ચિન્હ જણાય અથવા તે વધીને ઝાડા ઉલટીની શરૂઆત થાય તે વખતેજ “શિવાક્ષર

પાચન ચુર્ણ ” (સુંઠ, મરી, પીપર, ખોડીઅજમા, સિંધાલુણ, જીરું, શાહાજીરું, અને શેકેલી હિંગ (વધારણી) એ આપવાને સમ લાગ લઈ તેનું વસ્રગાળ ચુર્ણ કરવું. આ “ હિંગવષ્ટક ચુર્ણ ” કહેવાય છે અને પછી તેમાં સરખે વજને ઘાથેલો સાળખાર (સોડા ખાંધ કાર્બોનેસ) તથા હરડેનો ભૂકો નાખવો એટલે “ શિવાક્ષાર પાચન ચુર્ણ ” તૈયાર થાય છે.) પા પા તોલો પાણીની સાથે આરામનાં ચિન્હ જણાય ત્યાં સુધી દર કલાકે કલાકે આપવું. અને ત્યાર પછી તમામ સાફ થતાં સુધી ખંખે કલાકે આપવું. આમાં ક્ષાર છે તે ઉલટીને કંમે કંમે ખંધ કરે છે અને દસ્ત સાફ લાવવામાં હરડેનો ભૂકો જે કાંઈ કામ કરે છે તેને મદદ દે છે. એટલે વધારે દસ્ત નથી લાવતો પણ હરડેના ભૂકાથી દસ્ત જે રીતે સાફ ઉતરે છે તેના કરતાં ક્ષારની મદદ મળતાં તે વધારે સાફ ઉતરે છે; અને “ હિંગવષ્ટક ચુર્ણ ” થી પૂરતી રીતે પાચન થાય છે. કોલેરામાં ઝડો ઉલટી કદિ પણ એકદમ ખંધ થવાં જોઈએ નહિં. કારણ કે જો તેમ થાય તો પેટ થડે છે. અને તેથી ઝડો ઉલટીને કંમે કંમે ખંધ કરવાં જોઈએ અને તે ખંધ થતાં જય તેની સાથે કોંઠા શુદ્ધ થતો જવો જોઈએ તથા પાચન થવું જોઈએ. તે સઘળું આ પ્રયોગથી ખરા-ખર થાય છે. “ શિવાક્ષાર પાચન ચુર્ણ ” આખ્યા પછી “ કૃમિકુઠાર ” અર્ધી અર્ધી કલાકે ખેંચી ચાર થ્રેન (ઘડિ ભાર) જરિયાત પ્રમાણે પાણી સાથે આપવો. “ કૃમિકુઠાર ” ની આઠ માત્રાઓ પેટમાં ગયા પછી પણ ખંધ ન થાય તો “ અર્કાદિ ” કે “ હાડિમીવટી ” સાથે “ અકુંચુર્ણ ” જરિયાત માત્રાને અનુસરીને આપવું.

“ગંધકવટ્ટી” (શુદ્ધ ગંધક ત્રણ ભાગ અને સિંધાલુંણ, લસણ, સુંઠ, મંરી, પીપર, શેકેલી હિંગ (વધારણી) તથા જીરું એ બધાં એક એક ભાગ સાથે વાટી તેની ગોળી કરવી.) આ ગોળીની માત્રા બેથી ચાર વાલ સુધીની છે. તેથી અજીર્ણને લીધે થતું શૂળ અને કાલેરાનો ઝાડો તથા ઉલટી નાશ પામે છે.

“દ્વિરક્તર હિંગ્વાદિ ચૂર્ણ” (શેકેલી હિંગ (વધારણી) તોલો એક, વજ તોલો બે, ચિત્રો તોલો ચાર, કઠ તોલો આઠ, સાજીખાર તોલો સોળ, વાવડીંગ તોલો બત્રીશ, ખાંડી ખારીક ચૂર્ણ તૈયાર કરવું.) દર પા પા કલાકે પાંચથી દશ ગ્રેન (ઘડિ ભાર) ગરમ પાણી સાથે આપવું. આથી ચડેલું પેટ, કાલેરા, છાતીનો ગભરાટ, ગોળો અને ઉબકા બંધ પડે છે.

ડોક્ટર વામન બાજી કુલકરણી રાવકરે-પાટીલ થીએટર મધ્યે “ સાધારણ ઘરગતુ વપરાસમાં લેવામાં આવતાં મીઠાનો કાલેરામાં થતો ઉપયોગ ” એ વિષય ઉપર એક જાણવાબેગ અને જે રસીકું ભાષણ આપ્યું હતું તેમાં તેઓએ જણાવ્યું હતું કે-“ જે સાધારણ મીઠું પાણીમાં નાંખીને શરૂઆતના તબક્કામાં પાવામાં આવે તો કાલેરા અને કેટલાંક બીજાં દરદોનો અટકાવ થઈ શકે છે. આજ કાલના દિવસોમાં તો હવે તેનો ફતેહમંદીથી લોહીમાં દાખલ કરીને ઉપયોગ કરવામાં આવે છે. ત્રણ ગ્રેન (ઘડિ ભાર) થી તે એક આઉંસ (અઢી રૂપિઆ ભાર) જેટલો જથ્થો કાલેરાના ઘણાજ આગળ વધેલા કેસોમાં વાપરવામાં આવે છે. જે લોહીમાં મીઠું દાખલ કરવાથી કાલેરાના

સૌથી ખરાબમાં ખરાબ જાતના કેસો સાજા કરી શકાય તો આટલું સમજવું સહેલ છે કે સાધારણ મીઠાનું પાણી પાવાથી કૌલેરાનો અટકાવ થઈ શકે એમ છે અને લોહી મારફતે તે આપવાની જરૂર પડતી નથી. ” તેવણે મીઠાના ઉપર નિમાયેલા રાયલ કમીશન સનમુખ પડેલી જુખાની ઉપરથી એક દાખલો ટાંકીને જણાવ્યું હતું કે, “ એક તાજિએ સરકારને એવું જણાવીને મીઠાનો કર નહીં વધારવા આગ્રહ કર્યો કે જે મીઠાનો ખપ કમી થશે તો કીડાઓ તથા તાવની ખિમારી વધી જશે, અને આખા દેશમાં તાવ ફાટી નીકળશે. ”

ફક્ત સાદાં મીઠાં (નીમક) નું પાણી પણ ફાયદો કરે છે. તે ખનાવવાનું પ્રમાણ:-મીઠું એક ભાગ અને પાણી આઠ ભાગ. એ હિસાબથી ખનાવી દર પા કલાકે પા શેર જોટલું પાવું. એથી કદાચ ઉલટી થાય અને નીકળી જાય તો ગભરાવું નહિ, પરંતુ તુરતજ પાછું તેજ પાણી પીવા આપવું. (આ પ્રયોગ મુખ્યથી વૈદ્ય રતીલાલ મુ. એ પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

કૌલેરાના રોગની શરૂઆતથી-ગરમ પાણીમાં મીઠું નાંખીને તે પાણી દર પાંચ, દસ કે પંદર મિનિટે પીવા આપવું, તેથી ઉલટી થાય તો ગભરાવું નહિ. મીઠાંના પાણીથી નીચે પ્રમાણે લાભ થાય છે:—

ઉલટી સહેલાઈથી થઈ શરીરમાંનું ઝેર નીકળી જાય છે. ઝાડો, પેસાળ ખંધ થતાં નથી. પવનની છૂટ થાય છે. આંતરડાંની શ્લેસ્મ ત્વચા (મ્યુકસ) ને ખડું હરકત આવતી નથી.

થોડી ગરમ રહે છે અને નાડી એકદમ ક્ષીણ થતી નથી તથા શરીર પણ એકદમ ઠંડું થતું નથી. પેટ ચડતું નથી. અંદરના ઝેરથી દર્દીને જે ગભરામણ થતી હોય છે તે ખંધ પડે છે. (ગદનિઞ્જ-પૃ. ૧૨૭.)

એક ભીલામું અને અરધો તોલો આંખલી લઈ તે ખન્નેને સાથે વાટી નાંખવાં અને તેમાં ડુંગળીના કાંદાનો રસ તોલા ખે નાંખી દર્દીને પાઈ દેવું, એટલે તે દવા પેટમાં ગયા પછી પાંચ મિનિટની અંદરજ કાયદો થાય છે અને ઝાડો ઉલટી ખંધ થાય છે. એ દવા માત્ર એકજ પ્રખત આપવી પડે છે. આંખલીની સાથે ભીલામું આપવાથી ભીલામું ઉડતું નથી, અને જઠરાગ્નિને જગાડવામાં તથા શરીરને ગરમી આપવામાં અને જંતુઓને મારવામાં ભીલામું અજબ જેવું કામ કરે છે. તેમજ કાલેરાના કેસોમાં ડુંગળીનો રસ પણ ઘણો કાયદો કરે છે એ પણ જાણીતી વાત છે. એટલે ભીલામું, આંખલી અને ડુંગળીના યોગથી કાલેરાના દરદમાં કાયદો થાય તેમાં કંઈ નવાઈ નથી. એ વસ્તુઓના ગુણુ જોતાં અને તેનો રસાયણિક સંયોગ જોતાં એ દવા વિશ્વાસપાત્ર જણાય છે. (ભીલામાંને ગાયના છાણુની સાથે ઉકાળી પાણીથી ઘાઈ સાફ કરી પછીજ આપવાના ઉપયોગમાં લઈ શકાય છે.) સસ્તા સાહિત્ય તરફથી “ આર્ય લિપક ” નામે વૈદકનું જે પુસ્તક છપાએલું છે તેની ત્રીજી આવૃત્તિમાં “ વિષૂચિકા ” ના મથાળા નીચે-પાને ૩૩૮ મં-ચૌદમાં ઉપચારમાં એમ લખેલું છે કે-“ આંખલી નવ ભાગ અને ભીલામું આઠ ભાગ-એકત્ર વાટી, ડુંગળીના રસમાં મેળવી તે રસ ખે તોલા પાવો, એટલે

હિલટી અને આડો તદ્દન ખંધ થશે અને સર્વિધ જંતુ પળુ મરી જાય છે. ” (ઉપર પ્રમાણે આ પ્રયોગ વિશ્વાસપાત્ર હોવાનું— આર્ય આયુર્વેદના અદ્ભુત ચમત્કારો અજવાળામાં લાવવા પ્રાણ્તાંત સુધી પ્રયાશ કરી રહેલા વૈદ્યરાજ અને સુપ્રસિદ્ધ લેખક સ્વ. અમૃતલાલ સુંદરજી પઢિયારે પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

આખલીના પાંચ પાકા કાતરા ગરમ પાણીમાં ઘોઘને સવા તોલા પાણીમાં ચોળી નાંખવા. તેની અંદર ભીલામાના તેલનાં ટીપાં એકવીશ, ટોપરાના અઠ્ઠનાં ટીપાં પંદર અને ખેઆની ભાર નીમક (મીઠું) મેળવીને તેના ચાર ભાગ કરી બેઠે કલાકે દેવા. હઠી પાણી પીવા માંગે તો આખલીનું શરબત દેવું. (આ પ્રયોગ વડોદરા જીમખાના પ્રો. માણિકરાવે કૌલેરા ઉપર બહુ અકશીર હોવાનું પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

કપૂર તોલો એક, શેકેલી હિંગ (વધારણી) તોલો એક, કાંકચીઆ (શેકેલા) નાં મીઝ તોલો એક, મરી (તીખાં) તોલો એક, લોખાનનાં ફુલ તોલો એક, વાવડીંગ તોલો એક, કારમાણી અજમા તોલો એક, આમલસારો ગંધક (જોવો મળે તેવો) તોલો એક, સુંઠ તોલો એક, તથા લસણની કળી તોલો એક, આ બધાં આયુર્વેદ સરખે વજને—અઠ્ઠેક તોલો લઈ તેને ખાંડી વસેગાળ ચૂર્ણ કરી, લીંબડાનાં પાન ડાંખળીએ સુદ્ધાંત એક શેર લાવી પાણી શેર અઢીમાં ઉકાળી, ઉકળતાં ઉકળતાં આશરે પાણી શેર પા બાકી રહે ત્યારે આયુર્વેદનું તૈયાર કરેલ ચૂર્ણ તેમાં નાંખી ખરલમાં ખૂબ ઘૂંટવું, ઘૂંટતાં ઘૂંટતાં ગોળી વાળવા

જેવું થાય ત્યારે ખેત્રાની ભારની એક એક ગોળો વાળી છાંયે સુકવવી. તે ગોળી વાપરવાની રીત—કાલેરાની ઉલટી અગર આડો થાય તો અરધા કલાકે એક એક ગોળી વાટી-ધૂંટી ઠંડા અગર ગરમ પાણીમાં પાઈ દેવી. તેથી આડા, ઉલટી ખંધ થશે, પેટ ચડશે નહિ, કોઈ જાતની અશક્તિ આવી નહિ જાય અને દર્દી ખચી જશે. (આ પ્રયોગ મિ. હરિશંકર લાધારામ દ્વિવેદીએ, મુંબઈમાં ચાલતા કાલેરા વખતે કેટલાક લોકો ઉપર પોતે અજમાવી જોતાં ખાત્રિલાયક હોવાનું પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

શંકેલી હિંગ (વધારણી) તોલા ત્રણ, મરી (તીખાં) તોલા બે, અફીણ તોલો એક, જયફળ તોલો એક, જવંત્રી તોલો એક, અજમાનાં ફુલ તોલો અરધા,—હિંગ, મરી, જયફળ, જવંત્રી આ ચીજોનું ઝીણું ચૂર્ણ કરી લીંબુના રસમાં ધૂંટી જરા ઠંડુણુ રાખી અંદર અફીણ અને અજમાનાં ફુલ મેળવીને ગોળીઓ મગના દાણા જેવડી બનાવી દર્દીને ખાંધે કલાકે બે ગોળીઓ આપવી. (આ પ્રયોગ મુંબઈ કોટ, હોર્નબી રોડવાળા ડૉ. દેસાઈએ, કાલેરા ઉપર પોતે જુદે જુદે સ્થળે અજમાવતાં અકસીર માલૂમ પડ્યાનું પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

ખરાસ કપૂર એક ભાગ, ઇલિમેન્ટનાં ફુલ એક ભાગ, અજમાનાં ફુલ અરધો ભાગ,—આ ત્રણે વસ્તુને જુદી જુદી ખારીક વાટીને કાચની એક સ્વચ્છ શીશીમાં ભરીને હલાવવી. પછી શીશીને ખંધ કરી અમુક કલાક રહેવા દેવાથી તે મિશ્રણ પ્રવાહી થઈ જશે. તેમાંથી પાંચથી દશ વર્ષનાં ને બેથી પાંચ ટીપાં, દરથી

પચીસ વર્ષનાં ને પાંચથી દશ ટીપાં અને તે ઉપરાંતનાં ને પંદર ટીપાં પતાસાં ઉપર દવાની અસર થાય ત્યાં સુધી ખખે કલાકના અંતરે આપવાં. જમ અને તેમ પાણી પીવાને કમતી આપવું. અસર થયે દવા ખંધ કરવી અગર જરૂર જણાય તો ઓછા પ્રમાણમાં આપવી. (આ પ્રયોગ શા. ચુનીલાલ મ. વિરમગામના ડ્રોઈંગ માસ્તરે પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

સુકાં લવીંગીયાં અથવા ખોરી લાલ મરચાં એક ભાગ, સુંઠ એક ભાગ, સફેત મરી (તીખાં) એક ભાગ, શેકેલી હિંગ (વધારણી) એક ભાગ, ચીની કપૂર અરધા ભાગ, અફીણુ અરધા ભાગ.— પ્રથમ અફીણુનો કસુંખો કરવો. તેમાં કપૂર નાંખી ખૂબ ઘૂંટી નાંખવો, અને પછી ઉપલી ચીજોનું ખારીક વસ્ત્રગાળ કરેલું ચૂર્ણ મેળવી, અકેક વાલની ગોળીયો બનાવવી, કૌલેરાની શરૂઆતમાંજ દર્દ અને દર્દીનાં બળાબળ પ્રમાણે ગોળી એકથી બે પાણી સાથે ગળાવવી. આ ગોળીથી તુરંતજ અસર થાય છે. એક કલાક સુધી રાહ જોઈ, ફાયદો ન જણાય તો બીજી વખત આપવી. એમ ફક્ત વધારેમાં વધારે ત્રણ ચાર વખત આપવી. એમ ફક્ત વધારેમાં વધારે ત્રણ ચાર વખત આપવાથીજ કૌલેરાનું જોર ખંધ પડી એકદમ જઠરાગ્નિ પ્રદિપ્ત થાય છે, (આ પ્રયોગ મુંબઈથી વૈદ્ય રતીલાલ મુ. એ કેટલા એક લોકો માથે અજમાવી અનુભવ લેતાં ફાયદાકારક જણાયાનું પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

લસણની કળી, શુદ્ધ ગંધક, સિંધાલુણ, સુંઠ, મરી (તીખાં) લીંડી પીપર—એ પાંચ વસ્તુઓ—દરેક એક એક રૂપિયા ભાર લઈ

તેને ખારીક ખાંડી ચાળી તેની ચણી ખોર જવડી ગોળીઓ લીં-
ખુના રસમાં કરવી. તે ગોળીમાંથી દર એ કે ત્રણ કલાકે દહીંને
ખળખે દેવી. કૌલેરાના વખતમાં સાજા માણસે પણ સહવાર, ખ-
પોર અને સહાંઝ ખળખે ગોળી લેવાથી રોગ થવાનો ભય ઓછો
થાય છે.

લાલ મરચાંનો ભૂંડો એક ભાગ, સુંક એક ભાગ, મરી
(તીખાં) એક ભાગ, કપૂર અરધો ભાગ, શેકેલી હિંગ (વઘારણી)
એક ભાગ.—તમામને સાથે મેળવી અરધા અરધા વાલની ગોળી
કરવી. તેમાંથી કૌલેરાના દરદ ઉપર એક એક કલાકે એક એક
અને જરૂર પડે તો ખળખે આપવી.

ફાદીનો, લીંખડાનો ખોર—ડુંગળીના રસમાં વાટી, ચણી ખોર
જવડી ગોળી કરી ડુંગળીના રસમાં આપવી.

પપીતા તથા દરીયાઈ નાળીએરનો ઘસારો પાણીમાં આપવો.

અફીણુ ત્રણ વાલ, મરી (તીખાં) ત્રણ વાલ, શેકેલી હિંગ
(વઘારણી) ત્રણ વાલ.—તેની ગોળી ખાર કરવી. એક એક ગોળી
અરધે અરધે કલાકે આપવી.

કપૂર ત્રણ ગ્રેન (ઘડં ભાર) અફીણુ અરધો ગ્રેન (ઘડંભાર)
મરચાં અરધો ગ્રેન (ઘડંભાર) તેની ગોળી એક એક કલાકે આપવી.

શુદ્ધ ગંધક ત્રણ ગ્રેન (ઘડં ભાર), કૌલસો એક ગ્રેન
(ઘડંભાર)—આ ખન્નેને સાથે મેળવી દર પા કલાકે મધમાં ચટાડવું.

સુંઠ રૂપિઆ પા ભાર, મરી (તીખાં) રૂપિઆ પા ભાર,
તજ રૂપિઆ પા ભાર, એલાયચી રૂપિઆ પા ભાર, લોંડી પીપર
રૂપિઆ પા ભાર, ખોડી અજમો રૂપિઆ પા ભાર, જાવંત્રી રૂપિઆ
પા ભાર—એ સર્વ ચીજોને ખાંડી ચાળી તેની મધમાં ચૈદ ગોળીઓ
કરવી અને દર્દિને ખજીએ કલાકે ખજીએ ગોળી આપવી.

ઝેરી નાળીએરનો ઘસારો—કપૂર અને હરડેની સાથે દર્દિને
આપવાથી ફાયદો જણાય છે.

લોખડાનાં પાનનો રસ તોલા પાંચ, તલનું તેલ તોલા પાંચ—
એ બે મેળવી દહીં સાથે તે પ્રમાણે ત્રણ વખત ખજીએ કલાકે
દર્દિને આપવાથી ફાયદો જણાય છે.

કસ્તૂરી—ત્રણ ગ્રેન (ઘડિ ભાર) કપૂર નવ ગ્રેન (ઘડિભાર).
ખન્ને દવાને ગોળની સાથે મેળવી, ત્રણ ગોળી કરી દરેક કલાકે
એક એક ગોળી દર્દિને આપવાથી ફાયદો જણાય છે.

“અનાંદ ભૈરવ” ગોળી (શુદ્ધ હીંગળો, શુદ્ધ વચ્છનાગ,
મરી (તીખાં) ટંકણખાર અને પીપર—એ પાંચ ઔષ્ધોને સમભાગ
લાઇ આદુના રસમાં મગ મગ જવડી ગોળીઓ કરવી.) તે ગોળી
ત્રિદોષના અતિસારને મટાડે છે, તે સિવાય તાવ, ઝાડો, ઉધરસ,
ચુંક, શરદી વિગેરે દરદા ઉપર પણ વપરાય છે. થોડા થોડા કલાકે
એકથી બે ગોળી છાશ સાથે આપવી.

કસ્તૂરી વાલ એક, ખરાસ કપૂર વાલ એક, સુંઠ આની
બે ભાર.—એ ત્રણે ચીજોને મધ સાથે મેળવી ત્રણ ગોળી કરવી
અને તે ખજીએ કલાકે એક એક આપવી.

કપૂર, મરી (તીખાં), સુંઠ, સિંધવ, સાકર-એ બધાં સરખે વજને લઈ ખારીક ચૂર્ણ કરી, ઝાડો, ઉલટી બંધ થતાં સુધી અરધે અરધે કલાકે બે બે વાલ મધમાં ચટાડવું અને બંધ થયા પછી ત્રણ ત્રણ કલાકે બે બે વાલ પાંચ વખત સુધી આપવું.

આદુ રૂપિઆ એક લાર, ફેદીનો રૂપિઆ એક લાર, મરી (તીખાં) આની બે લાર.-એ ત્રણે વસ્તુઓ વાટી રસ કહાડી તેમાં બે આની લાર મધ નાંખીને દહીંને પાવું.

સુંઠ, મરી (તીખાં) તજ અને લવીંગનો ભૂંડા નાંખી તૈયાર કરેલો ગળપણુ વગરનો મોળો ચાહ પા પા કલાકે કે અરધે અરધે કલાકે એક એક કે બખંચ ચમચા દહીંની શરૂઆતથી આપવામાં આવે તો તેથી દહીંનું શરીર તેજમાં રહે છે અને લવીંગથી ઉલટી કમ્મે કમ્મે બંધ થાય છે.—અથવા—

તજ, મરી (તીખાં) ફેદીનો અને તુજશીનાં પાન.-એ ચાર ચીજો વાટી ઉઠાળી તેનો ગળપણુ નાંખ્યા વગરનો મોળો ચાહ ઉપર પ્રમાણે આપે જવાથી ફાયદો જણાવે છે.—અથવા:—

ડુંગળીનો કાંદો, આદુ, લસણ, ફેદીનો, પાન (નાગર વેલનું)-આ સર્વેનો રસ (પંચરસ) બનાવી ચમચી ચમચી કલાકે કલાકે પાવામાં આવે તો ફાયદો જણાવે છે.

કાલેરાના દહીંને ઔષધ પેટમાં ટકે એટલા માટે-પેટ ઉપર, પાણીમાં પીસેલી-લટેલી રાઈ જડા કાગળ ઉપર લગાડી રાઈ વાળો ભાગ પેટને અડે તે બાજુથી તેની પટ્ટી મારવી. અને

રાઇની તે પટ્ટી ઘણી ખળવા માંડે તો ઉપાડી લેવી અને તે જગ્યાએ લોહી નાંખી તેલ અથવા ઘી ચોપડવું.—અથવા—

અફીણના અર્કનાં અને કલોરોફોર્મનાં થોડાં ટીપાં સાથે મેળવી રૂમાલ ઉપર છાંટી રૂમાલ પેટ ઉપર દાખી રાખવાથી ઉલટી ખંધ થાય છે અને ઔષધ પેટમાં ટકે છે.

દર્દીના શરીરની ગરમી રાખવા માટે—હાથે પગે, ગરમ પાણી ભરેલી મજબૂત ખૂચ મારેલી શીશીઓ અથવા ગરમ પાણી ભરેલી રબ્બરની થેલી (Hot Water Bag) અથવા ગરમ કરેલા ફોલેનલના ટુકડા ફેરવી શેક કરવો.

જો શરીર ઠંડુ પડતું જણાય તો—કસ્તુરી રતી એક ખખખે કલાકને અંતરે બે આની ભાર મધમાં આપવી.

જો શરીરે શીત વળતાં હોય તો—અજમો અથવા રાઈ અથવા મુંઠનો ખડુ ઝીણો ભુકો શરીરે ઘસવો. અથવા:—

ટરપેનટાઇન તેલ શરીરે ઘસવું.

Brandy-(બ્રાન્ડી) દારૂ શરીરે ચોળવો.

દર્દી છેક નખળા પડી જાય અને શીત વળી જાય તો તેના હાથ ઉપર આંગળાંથી ખભા સુધી અને પગ ઉપર અંગુઠાથી થાપા સુધી પાટા ખાંધવા અને પગ હંચા રાખવા.

મૂછાં (ઝાળાં) આવે તો કાંઈ દવા ન આપતાં શરીરને ગરમ રાખવું અને શરીર ઉપર હવા આવવા દેવી.

છાતી મુંઝાય તો તે ઉપર રાધની પટ્ટી મારવી.

નાક આગળ “સ્મલિંગ સૉલ્ટ”ની શીશી ધરવી.

દર્દીને તરસ લાગે ત્યારે—ખરફ, ખરફવાળું પાણી અથવા સોડા વૉટર આપવાં. ઉલટી સાથે લોહીના પાણીના ભાગ ખહાર નીકળી જાય છે તેથી જો ખરફનો કટકો દર્દીના મ્હોમાં રખાવવામાં આવે કે સોડા વૉટર કે પાણી થોડે થોડે વખતે થોડું થોડું આપવામાં આવે તો તેમાંથી લોહીને મદદ મળે છે તેમ જ એક અનુભવિ ડૉક્ટરનું લખતું છે. તરસ કાઢ પણુ રીતે છીપતી ન ન હોય ત્યારે નરમ ચાહ, કાફી વિગેરે નિયમમાં આપવાં. તરસ વખતે દર્દીને દેવા માટે ખરફ, સોડા વૉટર વિગેરે ન મળી શકે તો:—

ધાણા બે રૂપિયા ભારમાં પાણી નાંખી વાટી ચાલીસ રૂપિયા ભાર પાણીમાં મેળવી તે પાણી ગાળી તેના ઉપયોગ કરવો—અથવા:—

ધાણા રૂપિયા બે ભાર, ઉંટીયું છઠ્ઠે રૂપિયા બે ભાર,— એ બન્નેને બેશર પાણીમાં ઉકાળી શેર પાણી રહે એટલે ગાળી લઈ તે પાણી ઠંડું કરી તરસ લાગે ત્યારે દર્દીને ચમચો ચમચો આપવું.

જવનું પાણી (અઢી રૂપિયાભાર સાફ કરેલા જવ લઈ, પચાસ રૂપિયા ભાર પાણીમાં, માટીના વાસણમાં વીસ મિનિટ ઉકાળી તે ઉતારી લઈ પછી તે ટાઢું પડવા આવે એટલે જવને

ચોળી તેને વજ્રગાળ કરી એક શીશી ભરી લેવી અને તેમાંથી)
એક એક ખખ્ખે ચમચી દર અરધી અરધી કલાકે દેવી જ્યથી
તરસ પણ છીપશે અને પેશાબ ઉતરવાને મદદ કરશે.

ફાદીનાના ગરમ ચાહમાં સાકર નાંખી તેમાં લોણુ અરધું
નાંચાવી, તેમાંથી એક એક ચમચો દહીંને પાવો તેથી તરસ ઓછી
લાગશે અને આડા ઉલટીમાં પણ ફાયદો થશે.

કાલેરાના દહીંની ઉલટી બંધ કરવા માટે—દુગળીના
કાંદાની ચીર કરી સુંઘાડવી તથા તેનો રસ કહાડી થોડો પીવરાવવો.

મોરનાં પીંછાની રાખ અને જવંત્રી શેકીને તેની ભૂકી કરી
ખન્ને સાથે ખખ્ખે વાલ મેળવી મધમાં ચટાડવાથી ઉલટી મટે છે.

ખડુ ઉલટી થતી હોય તો વાસણુને લોખાનનો ધૂપ આપી
તેમાં પાણી ભરી રાખવું અને પછી તે પાણી પાવું તેથી ઉલટી
ખેંસી જાય છે.

વરીઆળી ચાર તોલાની પોટલી ખંધી એંશી તોલા
પાણીમાં પલાળી રાખવાથી તૈયાર થયેલું પાણુ વરીયાળીનું પાણી
કહેવાય છે. તે પાણી ચમચો ચમચો આપવાથી ઉલટી ખેંસી જાય છે.
(વિષમજવર અથવા ખીજ તાવની અંદર પણ ઉલટીનું જોર વધારે
હોય તો વરીયાળીનું પાણી પીવરાવાય છે.)

પેટ ઉપર રાધની પટ્ટી મારવી—એટલે રાધને પાણીમાં ખારીક-
ઝીણી વાટી કાગળપર લગાડી તે પટ્ટી પેટ પર રાખવી, ખજતરા
થવા માંડે તો ઉપાડી લેવી. રાધ ચોપડેલ કાગળો આવે છે જને
'ચાર્ટા સીનાપીસ' કહે છે તે પણ કામમાં આવે છે.

કાસેરાના દર્દીને ખાલી-ઉબકા બહુ આવ્યા કરતા હોય તો-સોડા વાલ ચાર ઘીમાં ચટાડીને ઉપર ગરમ પાણી પાવું.

કાસેરાના દર્દીને હિંડકી જેવું જણાય તો-ખે કડવી ખદામનો મગજ વાટી પાણીમાં પાવો.

કાસેરાના દર્દીને ગોઠલા ચઢે ત્યારે-પગે રાઈનાં પલાસ્ટરો લગાડવાં. અથવા:—

કુંગળીના કાંદામાંથી કાઢેલા રસ-ગોઠલા ઉપર ચોળવો. અથવા:—

પેરીડેવિસનું પેન કીલર-ગોઠલા ઉપર ચોળવું. અથવા:—

Brandy (બ્રાન્ડી) દારૂ-ગોઠલા ઉપર ચોળવો.

કાસેરાના દર્દીને પેસાબ બંધ થયો હોય તો-પેડુ ઉપર તથા વાંસામાં ગુદાના ભાગ ઉપર ગરમ પાણી ભરેલી શીશીથી અથવા રબરની થેલી [Hot Water Bag] થી શેક કરવો. અથવા:—

કેસુડાં ખાદીને (દર્દી ખમી શકે તેવાં ગરમ) પેડુ ઉપર તથા વાંસામાં ગુદાના ભાગ ઉપર ખાંધવાં. અથવા:—
રાયનું પલાસ્ટર-પેડુ ઉપર અને કેડના પાછળના ભાગ ઉપર મુકવું. અથવા:—

સીંધાલુણનું ચૂર્ણ વાલ ખે જટલું થોડી થોડી વારે ઘીમાં ચટાડવું. એથી પેસાબ છૂટે છે.

કાલેરાના દર્દીમાં દર્દીને ઝાડા બંધ થઇ પેટ ચડી આવેલું જણાય તો—ઝાડા આવવાને માટે—જે ત્રણ તોલા ચોખ્ખું એરડિયું તેલ ગરમ પાણી સાથે આપવું. અથવા:—

મેગનીશીયા સલ્ફાસ (વિલાયતી મીઠું) જે, ત્રણ કે ચાર તોલા સુધી યોગ્ય લાગ્યા પ્રમાણે અપાય છે. અથવા:—

કેલોમેલ—જેથી પાચ ગ્રેન (ઘઉંભાર) સુધી અપાય છે. અથવા:—

આંખલીના પાનનો રસ અને મીઠું એકઠાં વાટીને જરા ગરમ કરીને પેટ ઉપર ચોપડવાથી ચડેલું પેટ ઉતરે છે.

કાલેરાના રોગની શરૂઆતથી વખતો વખત ઝાડા અને ઉલટી થવાથી માણસ હાલાક બની જાય છે. અને તેથી શક્તિ ક્ષીણ થઈ માણસ તુરત મૃત્યુને વશ થાય છે માટે જમ જમ ઝાડા અને ઉલટી થતાં જય તેમ તેમ દરેક ઉલટીએ અને દરેક ઝાડા દર્દીને પાતળી સાબુ ચોખ્ખાની કાંજ આપે જવાને કેટલાક નામાંકિત ડોક્ટરો તેમજ વૈદ્યોએ સલામણુ કરેલ છે.

કાલેરાના સમયમાં મ્યુનિસિપલ-મેડીકલ-પોલિસ વિગેરે

ખાતાંઓ તથા ગામવાસીઓનાં કર્તવ્ય:—

ગામના લોકોને કચરો નાંખવાની દરેક જગ્યા—નિયમિત સાફસુક કરાવી તે તે જગ્યાએ જંતુનાશક કાર્બોલિક પાઉડર છંટાવવો જોઈએ.

રસ્તામાં લોકો જે જે જગ્યોએ પેશાબ કરતાં હોય તે તે જગ્યોએ પણ નિત્ય જંતુનાશક-કાર્બોલિક પાઉડર છંટાવવો જોઈએ.

પાયખાનાંઓમાં થોડા થોડા દિવસે તાજે ચૂનો અને નિત્ય જંતુનાશક પાઉડર છંટવા માટે લોકોને સમજાવતી આપવી જોઈએ, કે જેમ થવાથી પાયખાનામાંની ગંદકી માખી લઈ આવી શકે નહિં.

કોલેરાના રોગનો અટકાવ કરનારી સમજાવતી-સાદી, સરલ અને ટુંકી ભાષામાં લખી-છપાવી લોકોમાં ફૂટથી વહેંચવી જોઈએ કે સાધારણ લોકોને દર્દનો અટકાવ કરવાની રીત જણાવવામાં આવે.

વર્ષાદના દિવસો હોય તો પાણીનો ખરાબર નિકાલ થઈ જાય તે માટે ઢાળવાળી ગટરો કરાવવી જોઈએ કે પાણી ભરાઈ કીચડ સડી ખરાબ વાસ ન ફેલાવે.

જ્યાં કોલેરા આલતો હોય તે ચેપવાળાં ગામનાં ચેપ લાગેલ લોકો, ચેપવાળો ખોરાક, દૂધ વિગેરે, સારી હવાવાળાં ગામે જવા ન પામે તેમ ખંદોખસ્ત થવાથી પણ એ રોગનો ફેલાવો થતો અટકે છે. દૂધ વહેંચનારાઓ દૂધમાં લેખસેળ ન કરે તે તથા મીઠાઈ વહેંચનારાઓ માખી ખેસે તે રીતે મીઠાઈ ખુદ્દી રાખી મેલી નવહેંચે તે બાબત સખત ખંદોખસ્ત કરવો જોઈએ.

સડેલાં શાક-ભાજી, મેવા, પરમાટી વિગેરે દુકાનોમાં વહેંચવા નહિં દેતાં એવી વસ્તુઓ માટે તપાસ રખાવતા રહી તેવી

ચીજે જોવામાં આવે ત્યારે તુરત તેનો નાશ કરવાથી પણ રોગનો ફેલાવો થતો અટકવા સંભવ છે.

ગામમાં ગંધકનો ધૂમાડો રેંકડીઓ મારફત ફેલાવવાથી અને ઘર આગળ નિત્ય ગંધકનો ધૂમાડો કરવા લોકોને સલાહ આપવાથી પણ રોગનો ફેલાવો થતો અટકવા સંભવ છે.

કાલેરાના વખતમાં યાત્રાઓ અને મેળાઓ ખંધ કરવાથી એ રોગ વધુ ફેલાતો અટકે છે.

જ્યાં રોગ ચાલતો હોય ત્યાં ન્યાત જમણુવારો થતી અટકાવવાથી પણ એ રોગનો વધુ ફેલાવો અટકે છે.

જે લોકોની ઇચ્છા હોય તેમને “કાલેરા પ્રતિબંધક રસી” મૂકવા માટે ઉત્તમ પ્રકારની ગોઠવણ કરી આપવી જોઈએ.

કાલેરાનો રોગ ચાલતો હોય ત્યારે નોટર અને ફર્થનામના ડોક્ટરો-દરેક જાતના વાપરવાના પાણીમાં “પરમૅન્ગેનેટ ઓફ પોટેશિયમ” નાંખવાની ભલામણ કરે છે. તે પાણીના ફૂવાઓમાં અઠવાડિયામાં જે વખત “પરમૅન્ગેનેટ ઓફ પોટેશિયમ” નાંખાવવું જોઈએ. ફૂવામાં “પરમૅન્ગેનેટ ઓફ પોટેશિયમ” નાંખવાની રીત એવી છે કે-પ્રથમ લોકોને અમુક વખત લગી-માં પાણી ભરી લેવા ખખર આપવા અને તેઓએ તે વખતમાં પાણી ભરી લીધા પછી ફૂવામાંથી જે ડોળ પાણીની ભરી કાઢી તેમાં પાણી રાતું થાય અને આઠ કલાક સુધી તેનો રંગ અસલ જેવો થવા ન પામે એટલા પ્રમાણમાં એ દવા નાંખી તે પીગળી-

ઝાગળી જય એટલા માટે તેને હલાવ હલાવ કરવું. પછી તે ડોલમાંના પાણીની ફૂવામાં ઝાલકો ફેંકવી અને પછી ખાલી ડોલો ફૂવામાં ઉતારી થોડો વખત ફૂવામાં ખૂબ આડી અવળી ડુખાડયા કરવી. જેથી ફૂવાનું બધું પાણી ખૂબ ડોળાઈ આખા ફૂવામાં દવાની અસર ફેલાઈ રહે. પછી ડોલો કાઢી લઈ સહવાર સુધી પાણી આછરવા દેવું, એટલે દવાનો બધો રંગ નીચે ખેંચી જશે અને જંતુઓ નાશ પામશે. દવા ફૂવામાં નાંખ્યા પછી ખાર કલાક પછી એ પાણી ઉપયોગમાં લેવામાં વાંધો નથી કેમકે એટલા વખતમાં પાણી તદ્દન સાફ થઈ વાપરવા જેવું થશે.

“ ક્લોરોજન ” (Chlorogen) નામની દવા પાણીમાં નાંખવાથી દરેક જાતના ઝેરી જંતુ મારી પાણીને સાફ કરે છે. (આ દવા મળવાનું ઠેકાણું :—Phillips & Co, Ltd. Wholesale & Dispensing Chemists, 314 Hornby Road, Bombay. છે. તે દવા વાપરવાની સંપૂર્ણ વિગત દવા સાથે છાપેલી હોય છે.)

ગામમાં કૌલેરા જેવો ચેપી રોગ ફાટી નીકળે તેની સામે આવચેતીના ઉપાયો લેવા તે એકલાં મ્યુનિસિપલ-આરોગ્ય ખાતાની ફરજ નથી પણ લોકોની પોતાની પણ ફરજ છે. જનસુખાકારી માટે આરોગ્ય ખાતાં તરફથી જે જે આપતા ઇલાજ લેવાતા હોય તેમાં ગામના લોકોએ ખની શકતાં સગવડ અને સહાયતા આપવાની પોતાની ફરજ બરાબર બજાવવાથી રોગ ફાટી નીકળવાનો સંભવ

ઓછો થઈ જાય છે, માટે ગામના લોકોએ પણ એક દીલથી રોગની સામે સાવચેતીનાં પગલાં લેવાં જોઈએ.

કૌલેરાના દર્દમાં ઉપાય જમ તુરત થાય તેમ દર્દીને ખચવાની આશા વધારે રાખી શકાય છે. મતલબ એ દર્દ વધી ગયા પછી ભાગ્યેજ ઉપાય લાગુ પડી શકે છે. તો કૌલેરા જેવો ભયંકર રોગ ગામમાં આલતો હોય તે વખતે એ રોગના દર્દી માટે દવા લેવા આવનાર માણસને દવાખાનામાંથી દવા રાત દિવસ ખાડુ તાકીદે મળતી રહે તેમ દવાખાના તરફથી ચોકસ ગોઠવણ રહેવી જોઈએ.

કૌલેરા, મરકી વિગેરે ભયંકર ચેપી રોગો જ્યારે ગામમાં આલતા હોય છે ત્યારે ઘણા લોકો ખડીકથી, પોતાના અથાગ શ્રમે મેળવેલી વહાલી વસ્તુઓ છોડી દહને જીંદગી જાળવવા અર્થે બીજાં સારાં હવા પાણીવાળાં સ્થળે આલ્યાં જાય છે. લોકોની આવી ગેરહાજરીના વખતમાં તેમની રેઢી રહેતી મિલકતનું ખદ-માશ લોકો તરફથી નુકશાન ન થાય એટલા માટે એવા દીયો દીયોના વખતમાં પોલિસખાતાં તરફથી ચોક્કી પકેરાનો ગામમાં પૂરતો ખંદોખસ્ત રહેવો જોઈએ.

કૌલેરાના રોગની સામે ખચાવ કરવાનો એક ઉત્તમ

ઉપાય-સ્થાન ત્યાગ:—

જમનાથી ખની શકે તેઓએ પોતાનાં ખાળ ખરચાંની સલામતી ખાતર જ સ્થળે કૌલેરાનો રોગ ફાટી નીકળવાનાં ચિન્હો જણાવા લાગે તે સ્થળેથી અવશ્ય બીજાં સારાં હવા પાણીવાળાં સ્થળે પોતાના ગામની હવા સુધરતાં સુધી ખસી

જવું જોઈએ. લય ખાનારાં લોકો માટે પણ એજ ઉત્તમ માર્ગ છે. અને એપી રોગની સામે ખચાવ કરવાનો પણ એ એકજ સફળ ગણી શકાય એવા ઉપાય છે. પણ આ સફળ ગણાતો ઇલાજ પરાધીન સ્થિતિવાળા કુંક પગારના નોકરીયાતોથી-પોતાનાં ખાળ ખચ્યાંને ખચાવવાની પ્રબળ ઇચ્છા છતાં-ના ઇલાજ અજમાવી શકાતો નથી. તે કાલેરા, મરકી જેવા લયંકર રોગોના વખતમાં સારી હવાવાળાં સ્થળોએ ઓફિસો ખેસવવાની સત્તા-ધિશેએ મહેરબાની ખતાવવી જોઈએ અથવા તે આવજ પ્રકારની ખીજ કોઈ ઉમદા ગોઠવણ કરી આપવી જોઈએ. ગામમાં વસ્તીની સંખ્યા ઓછી થઈ જવાથી કાલેરા, મરકી જેવા એપી રોગો તરત દબાઈ જતા હોવાનું ઘણું ઠેકાણું જોવાય છે તે ગામની હવા સુધારવાના એક અગત્યના ઉપાય તરીકે પણ ખીજ સારાં સ્થળે જઈ રહેવા લોકોને આપી શકાતી બધી સગવડો કરી આપવા મહેરબાની ખતાવવી જોઈએ. ગામમાં એપી રોગ ચાલતો હોય તે વખતે બહારગામ જઈ રહેવાની માટા મોટા ડોક્ટરોએ પણ મજબૂત બલામણુ કરેલી છે.

ના ઇલાજે કાલેરાના એપવાળું સ્થળ નહિં છોડી શકતા લોકોએ તે રોગ થતો અટકાવવા ખાસ ધ્યાનમાં લેવા જેવા કેટલાક નિયમો અને દેશી ઔષધો:-

“ જે હવા આપણે દમમાં લઈએ છીએ તેના સંખંધમાં દરેક જનની જવાબદારી દણી મોટી છે. તે હવાને આપણાથી બને એટલા ઓછી બગાડવી, આપણા ઘરમાં,

આપણા અંગ ઉપર, આપણી આસપાસ પડેલી દરેક ચીજને આપણે તદ્દન સ્વચ્છ અને સાફ રાખવી. આપણા ઓરડાઓ ધૂળ વગરના રાખવા, અને આપણા ઘરની આસપાસ કંઈ જાતનો કચરો રહેવા દેવો નહિ, એ આપણી પહેલી ફરજ છે.” (ન્યુમેનની હિલ્થ ઓફ ધી સ્ટેટ, પાનું-૬૩.)

કૌલેરાના વખતમાં રાંધણું અનાજ વાસી-એટલે સહવારનું રાતે કે રાતનું સહવારે ન ખાવું જોઈએ કેમકે સામાન્ય ઋતુમાં થતું અજીર્ણ જો કે ખીજાં દરોને ઉત્પન્ન કરે છે તો પણ તેથી કૌલેરા થતું નથી, પણ જ્યારે કૌલેરાની ઝેરી હવા ફેલાયલી હોય ત્યારે સાધારણ અજીર્ણ પણ કૌલેરાનું રૂપ પકડી પ્રાણ ઘાતક નીવડે છે. એવા વખતમાં કાચાંકે ખડુ પાકી-ઉતરી ગયેલાં ફળ-ફળાદિ-મેવા-શાક-ભાજી તેમજ બધી વાયડી વસ્તુઓ સ્વાદને ખાતર કે લોભને ખાતર પણ ત્યજી દેવી જોઈએ. માંસહારી લોકોએ સડેલ માંસ ન ખાવો જોઈએ. મતલાખ ખોરાક નિત્ય નિયમસર અને સહેલાઈથી પચી શકે એટલા પ્રમાણમાં અને તે સાદો, સ્વચ્છ અને હલકો લેવો જોઈએ. અપચો થવા પામે તેવી રીતે તો કૌલેરાના વખતમાં નજ ખાવું. આવા સમયમાં કાંઈ વખતે અજીર્ણ જેવું જણાય તો જીલાખ નહિ લેતાં ઉપવાસથી અજીર્ણ મટાડવું, છતાં જીલાખ લેવો પડે તોજ અને તેપણ ખડુ હલકો લેવો અગર ગુદાદ્વારે પીચ-કારી લેવી.

કૌલેરાના વખતમાં નદીનું, નળનું, કુવાનું કે વાવનું ગમે તે પાણી ઉઠાળી-ગાળી-કારી માંખાના સ્વચ્છ વાસણમાં ભરી સંભાળપૂર્વક ઢાંકે રાખી પીવાનાં ઉપયોગમાં લેવું. અને તોતો રાંધવાનું અને ન્હાવાનું પાણી પણ ગાળી ઉપયોગમાં લેવું.

“ આપણા પેટમાંથી પાણી ઝડપથી પસાર થતું હિ-
વાને લીધે તે ચેપ લાગવાનું બહુ ભયંકર સાધન થઈ પડે
છે. આ કારણને લીધે ગંદુ પાણી અસ્વચ્છ ખોરાક ના
કરતાં રોગ પેદા કરવાનું વધારે મજબુત સાધન થઈ પડે
છે. માટે આપણે પીવાનું પાણી જરાક પણ શક ઉત્પન્ન ન કરે
એવું ચોખ્ખું રાખવાની ખરેખરી અગત્ય છે, ”—(ફ્યો-
ન્સનની “ કુડ એન્ડ ડાએટ્ટીકસ ”—પાનું-૩૦૦.)

દૂધને અવશ્ય ઉકાળી ઠંડુ પાડી ઉપયોગમાં લેવું.

ખાવા પીવાની ચીજો ઉપર માખી એસે તેમ ઉઘાડી રાખવી
ન જોઈએ. દૂકાનોમાં ઉઘાડી રાખેલી મીઠાઈ અથવા ખીજો ખો-
રાક ખાવો નહિં. કેમકે ઉઘાડી રાખેલી ચીજો ઉપર માખીઓ
ખેઠેલી હોય છે અને તેથી કોલેરાનો ચેપ દાખલ થવા સંભવ છે.

શરીર, વસ્ત્રો અને આખું મકાન ખિલકુલ સ્વચ્છ રાખવાં
અને શરીરમાં ગરમાવો રહે તેમ વર્તવું.

દિવસે સૂવું નહિં. રાતના ઉજાગરા કરવા નહિં.

સાફન ન થાય એટલો શ્રમ ન કરવો. આહાર વિહારમાં
બહુ નિયમિત રહેવું.

કોલેરાના વખતમાં ભિનાશવાળી જગ્યામાં, વર્ષાદમાં, ઠંડીમાં
તેમજ ઘણી ગરમીમાં કોઈપણ રીતે ઉઘાડા કરવું નહિ. તેમજ
તડકે ફરી આબ્યા પછી તુરત—પાણી પીવું નહિ, ખોરાક લેવું
નહિં કે ટાઢે પાણીએ નહાવું નહિં.

કપૂરની ગોટી રૂમાલમાં ખાંધી સાથે રાખવી.

પંચાંગ પાંદડીયો, સુખડ, અગરબત્તો, લોખાન વિગેરેમાંથી જે ઠીક પડે તે ધૂપ ઘરના દરેક ખંડમાં નિત્ય એ ત્રણ વખત કરવો.

કાલેરાનો રોગ ચાલતો હોય ત્યારે કેટલીએક જરૂરી દવાઓ હમેશાં પોતા પાસે તૈયાર રાખવી. કેમકે એ રોગનો હુમલો ઘણું ખરૂં રાતના ભાગમાં થાય છે. તેથી રાતમાં દવા મંગાવતાં ઘણું વખત નીકળી જાય છે. તાત્કાલિક ઉપચાર કર્યાથી જીંદગીનો ખત્યાવ થાય છે અને આવા બચાવ રોગમાં ઠલાક બે ઠલાકની ઢીલથી મોત આવે છે.

કાલેરાના વખતમાં ઘરમાં કોઇને પણ એક બે નરમ-પાતળા આડા થાય કે તુરત તેની દવા દેવી. આડો અટકાવનાર દવા— “ ક્લોરોડીન ” (chlorodyne) આપવા માટે કેટલાક પ્રસિદ્ધ ડોક્ટર લખે છે. (આ દવા શહેરમાં અંગ્રેજી દવા વહેંચનારાઓને ત્યાં વહેંચાય છે અને દવાની શીશી ઉપર દવા આપવાનું પ્રમાણ વિગેરે વિગતથી છાપેલાં હોય છે.) ક્લોરોડીનની ખાટલી હમેશાં બંધ રાખવી અને દવા વાપરવા કાઢતાં પહેલાં શીશી સારી રીતે હલાવવી. આ ઘણી ઉપયોગી દવા છે. શરદી અને ઉધરસમાં પણ તે પ્રમાણસર આપી શકાય છે. ત્રાવણકોર રાજ્યની રાજ્ય-ધાની ખાતે પ્રગટ થતા “ પિપલ્સ ઓપિનિયન ” (People's Opinion) નામના પેપરમાં નીચેનો લેખ પ્રગટ થયો છે:—

“ કાલેરાનો કોઇ ચોક્કસ ઉપાય હજી સુધી શોધી કાઢ્યો નથી. શરૂઆતમાંજ દવા લેવાય તો કાલેરામાં તેમજ આડામાં

સારો ફાયદો થાય. કાલેરામાં ઝાડો થવા લાગે કે-કલોરોડીન ટીપાં પંદરથી ત્રીસ એકાદ આઉસ (અઢી રૂપિયાભાર) પાણીમાં મેળવીને આપવાં. વારંવાર આપ્યા છતાં આ દવા અસર ન કરે તો સ્પિરિટ કેમ્ફરનાં દશથી પંદર ટીપાં આપવાં. ખુબી ઉલટી થતી હોય તો પેટ ઉપર રાઇનું મોટું પ્લાસ્ટર મુકવું. ”

કાલેરાના દર્દીને જોવા જવા જરૂર પડે તો તેના ઘરનું પાણી, ખોરાક અગર આહ બનતાં લગી નજર લેવાં. કેમકે તેથી રોગનો ચેપ લોગવા સંભવ રહે છે.

કાલેરાનો રોગ કોઈ વખતે માનસિક ધાસ્તીથી થઇ આવે છે. માટે મનમાં કોઇ પણ બતની બ્લોક રાખવી નહિં. કારણ કે માનસિક વિચારોથી નહિં ધારેલા અને નહિં થવાના રોગ થઇ આવે છે. તેમજ કાલેરાના રોગ સંબંધનીજ વાતો કબી કરવી કે સાંભળ્યા કરવી નહિં કારણ કે તેથી પણ મનોબળ નબળું પડી બય છે. ટુંકામાં રોગના અટકાવ માટે જોટલા ઉપાય લઇ શકાય તેટલા લઇ પછી રોગનો વિચાર સરખોએ કરવો નહિં.

કાલેરાના રોગની શાંતિ માટે-દરેક રૂઝિઆના લોકોએ એકમત થઇ-સંપીને હોમ-હવન-ઉબાણીઓ કરવાં એ પણ ઠીક છે. હોમ-હવનનો પવિત્ર ધૂમાડો હવાને સુધારે છે. તેમજ ગામ બહાર ઉબાણી કરવાથી ખુબી હવાનો એટલો વખત લાભ મળે છે. પરંતુ કાલેરાના વખતમાં ઉબાણીમાં પણ વધારે પડતું-ખવાઈ તેટલું ખાવું ન જોઇએ.

કાલેરાના દિવસોમાં દરરોજ તંદુરસ્ત માણસોએ સહવાર સહાંજ રોગ થતો અટકાવનારી દવા જરૂર પીવી કે જોથી એ રોગ

લાગુ થવાનો સંભવ ઘણોજ આછો થઇ જાય.

કાલેરાના અટકાવ માટે-લોખુનો રસ પ્રાતઃકાળે રોજ પીવો.
કાલેરાના જંતુઓ હોજરીના રસના ખટાસવાળા લાગથી સહેલા-
ધથી મરી જાય છે.

ખાવાનું મીઠું-મૂટે હાથે વાપરવું-પણ તે એટલે દરજ્જે
નાહિ કે જીભાળ લાગે.

હાશ, હુંગળી વિગેરે વીએનો કાલેરાના વખતમાં છૂટથી
ઉપયોગ કરવો.

હાંકમીઓ એક રોજ શેઠીને ખાવો.

ઠાળી જીરી અથવા ફાદીનો અને સુંઠ નાંચેલી ચાહ
નિત્ય પીવી.

લોખડાનાં પાન તોલો એક, કપૂર રતી એક, શેઠેલી હિંગ
(વધારણી) રતી એક-તેની ચણા જવડી ગોળીઓ કરી રાખીને
નિત્ય સહવારમાં એક એક ગોળી ખાવી.

કપૂર તોલો એકને આશરે શેર પાણીમાં નાંખી મૂકવું. તે
પાણી તોલો તોલો વારેવારે પીવું. આ પ્રમાણે કપૂરનું પાણી
દરરોજ પીનારને કાલેરા, મરઠી, ટાઢીયો તાવ એ રોગના જંતુ
લાગુ પડતા નથી. (આ પ્રયોગ વૈધરાજ ધનશ્યામ ખાપુભાઈએ
વડોદરાથી પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

કાલેરાનો રોગ થતો અટકાવનારાં વિદેશી ઔષધો:-

“સલ્ફ્યુરીક એસીડ મિક્ચર” (Sulphuric Acid
Mixture) એક આઉસ ગુલાબજળમાં અગર સુગા, પાણી

કે પેપરમીટના પાણીમાં દશ ટીપાં ડીલ્યુટ સલ્ફ્યુરીક એસીડ-
(Dilute Sulphuric Acid)-(નરમ પ્રકારનો ગંધકનો તેજા)
નાળી ખનાવવામાં આવે છે. રોજ સહવારે સલ્ફ્યુરીક એસીડ
મિક્ચર લેવું.-મોટાં માણસે બે મોટા ચમચા (અઢી રૂપિયાભાર)
પંદર વર્ષ સુધીનાંએ દોઢ મોટા ચમચા, ખાર વર્ષ સુધીનાંએ
ચાર નાની ચમચી, સાત વર્ષ સુધીનાંએ ત્રણ નાની ચમચી,
પાંચ વર્ષ સુધીનાંએ બે નાની ચમચી અને ત્રણ વર્ષ સુધીનાંએ એક
નાની ચમચી તે મિક્ચર લેવાનું છે. (ખીન અનુભવિ માણસોએ
આ મિક્ચર કોઈ ડોક્ટરના હાથેજ તૈયાર કરાવીને વાપરવું.)

કાલેરાનો રોગ થયેલો મટાડનારાં વિદેશી આયુર્ધો:-

ખાંધ કારબોનેટ ઓફ સોડા ખાર ગ્રેન (ઘડ ભાર) અઢી
રૂપિયાભાર પાણીમાં નાંખીને દહીંને પાંચ દેવું.

કેટલીક વખત સખત લીલી ચાહ ઉઠાળીને ચમચામાં
સ્પ્રિટ ઓફ એમોનિયાનાં પાંચ સાત ટીપાં નાંખીને વારંવાર
આપ્યાથી પણ ઘણીવાર ફાયદો થાય છે. બે ચાહ ન મળે તો
કપૂરનું પાણી વાપરવું. (એક શીશીમાં પાણી ભરી અંદર
કપૂરના થોડા કટકા નાંખીને થોડા કલાક તે રાખી મુઠવાથી
કપૂરનું પાણી તૈયાર થાય છે.) મોટા માણસને મોટે આ પાણી
અઢીથી પાંચ રૂપિયાભાર સુધી લેવું.

કાલેરાની ગોળીઓ:- “ કાલેરા પીલ્સ ”-દરેક ગોળીમાં નીચે
પ્રમાણે દવા હોય છે—

કેલોમેલ	૦૧ ગ્રેન,	(૦૧ ઘડ ભાર.)
કપૂર	૦૧ ગ્રેન,	(“ “)

કિવનીન	૨	ઝેન,	(૨ થઈ ભાર.)
એસીટિક એસિડ	૨	ઝેન,	(„ „)
એસેટીક પાઉડર	૧	ઝેન,	(૧ „)
એસેટિક આસીડ	૧	ટીપુ.	

ઉપલી દવાઓ એકઠી કરીને જરા પાણી લઈને આ ગોળીઓ ખાંધવામાં આવે છે. દક્ષિણ હિંદુસ્તાનમાં તે ગોળીઓ “પેર્સિયન પીલ્સ” ને નામે ઓળખાય છે. તે ગોળીઓ વિષે એવી સૂચના આપેલી છે કે—ચારથી છ વરસની ઉંમરનું બાળક હોય તો અરધી ગોળી લઈને બૂકો કરીને પાતળી કાંજમાં ઢલાવી નાંખવી. પછી તેવી કાંજ દર અરધે અરધે ઢલાકે આપવી. કાલેરાનો હુમલો વધારે સખત હોય તો પા પા ઢલાકે આપવી, અને આડો, ઉલટી ખંધ થાય ત્યાં સુધી આખ્યા કરવી. ચારથી છ વરસનાં બાળકને વધારેમાં વધારે ચાર ગોળી આપવી. સાતથી પંદર વરસની ઉંમરનાં બાળકને એક આખી ગોળી એકી વખતે આપવી, અને તેને આઠ ગોળીઓ અપાય ત્યાં સુધી હરકત નહિં. મોટાં માણસને એકી વખતે બે ગોળી આપવી અને તેને ખાર ગોળી સુધી આપવામાં હરકત નથી.

ઉત્તર હિંદુસ્તાનમાં વપરાતી ગોળીઓનું પ્રમાણ નીચે પ્રમાણે છે:—

હોઝ (વધારણી) ૧૧૧ ઝેન, (૧૧૧ થઈ ભાર.)

મરચાં ૧ ઝેન, (૧ „)

અક્ષી ૧૧૧ ઝેન, (૧૧૧ „)

એક પાતળો બુલાખાયા એટલે આમાંની એક ગોળી આપવી.

ડીંગલની દવાશાળામાં જે ગોળીઓ વપરાય છે તેનું પ્રમાણ નીચે પ્રમાણે છે—

એસીટેટ ઓફ લેડ	૧૥	ગ્રેન	(૧૥ ઘડ બાર.)
કપુર	૧૥	ગ્રેન	(„ „)
અફીણ	૦૥	ગ્રેન	(૦૥ „)
સુંઠ	૦૥	ગ્રેન	(„ „)
લવંગ	૦૥	ગ્રેન	(„ „)
તજ	૦૥	ગ્રેન	(„ „)

આ બધી દવાનો ખારીક બૂકો કરીને પાણીથી ગોળી વાળવી. (ડોક્ટર ખર્ચ—“ કૉલેરાની ગોળીઓ ” અને “ કૉલેરા મિક્ચર ” કે જેમાં અફીણ વધારે હોય છે તેથી ખાળકને નુકસાન થવાનો સંભવ રહેતો હોવાનું કહી ખાળકને અફીણવાળી દવાઓ ન આપવા સલાહ આપે છે.)

ઝેરી જંતુ નાશ કરવાના દેશી ઉપાયો:—

ગોમૂત્ર છાંટવાથી ઝેરી જંતુ નાશ પામે છે.

બયાં જંતુ નાશક ખીજ દવા ન મળી શકે ત્યાં તેને બદલે સાકસુક કરવા માટે મોરથુથુનું પાણી પણ વાપરી શકાય છે.

ઝેરી જંતુ નાશ કરવાના વિદેશી ઉપાયો:—

“ લીટલ ફીનાઇલ ” (Little's Phynyle) ની તૈયાર શીશીઓ બજારમાં વહેંચાતી મળે છે તેમાંથી—એક ભાગ ફીનાઇલ તથા નવાણું ભાગ પાણીનું મિશ્રણ બનાવી વાપરવું.

પ્રથમ ભાગ “સનલાઈટ સોપ” નામના સાબુને પંદર ભાગ પાણીમાં નાંખી ઉકાળવો. પછી થોડુંક ઘાસલેટ લઈ તેને ખડુજ સંભાળથી સહેજ ગરમ કરવું. ત્યાર બાદ તેને ધીમે ધીમે ઉપર ઠંડેલું સાબુનું પાણી ચુલા ઉપરથી ઉતારી રાખેલું હોય તે તેમાં ઉમેરતાં જવું અને ખૂબ હલાવતા જવું. પુરતું તેલ નાંખાશે એટલે સફેદ લાહી જેવું મિશ્રણ “કેરોસીન ઓઇલ ઇમલ્શન” (Kerosine Oil Emulsion) થશે, આ મિશ્રણનો એક ભાગ લઈ તેને વીસ ભાગ પાણીમાં મેળવી તે ઉપયોગમાં લેવું.

કૌલેરાના વખતમાં ઉપયોગી ધુપ-ધૂમાડો:—

ગંધક-નિત્ય ખાળવો ફાયદાકારક છે. તેથી કૌલેરાના જંગમ મરી જાય છે. ઘરનાં ખારી ખારણાં ખંધ કરી તેમાં ગંધકનો ધૂમાડો કરી ખહાર નીકળી જવું અને ધૂમાડો થઈ રહે ત્યારે ખાર ખોલી ઘરમાં જવું અને ખારી ખારણાં ઉઘાડી નાંખવાં.

ગંધક, સોખાન, ગુગલ, સુખડ અને લીંબડાનાં પાન-એ પાંચ ચીજોને એકઠી ખાંડીને તેનો ધૂમાડો ઉપર પ્રમાણે નિત્ય કરવાથી ઘરની હવા શુદ્ધ થાય છે.

કૌલેરાના વખતમાં ઉપયોગી ત્રાંખાનું તાત્રીજ:—

ત્રાંખાના પત્તા ઉપર મંગળનું ચંદ્ર ચિત્રીને તે શરીરે ખાતરડા ઉપર રહે એવ. રીતે ગળામાં પડેરવું. ત્રાંખાનો કટકો આરસ ચોરસ બે ઈંચનો હોવો જોઈએ. (આ પ્રયોગ આંડેશ્વરના પ્રસિદ્ધ વૈદરાજ અમૃતલાલ પદ્મણીએ પ્રસિદ્ધ કરેલ છે.)

(ત્રાંખામાં ઝેરી જંતુઓ મારવાનો ગુણ રહેલો હોવાનું કહેવાય છે અને તેથી ત્રાંખાનું પત્રું શરીરે ઘસાતું રહેવાથી શરીરનાં છિદ્રો દ્વારા આંતરડાં ઉપર અસર થઇ કાયદો થઇ શકે છે. વળી આવા પ્રયોગથી પણ લીફ-ખીકણ સ્વભાવનાં લોકોમાં એક પ્રકારની ધીરજ અને હિમ્મત રહે એ પણ દેખીતું છે.)

કેટલાક ડોક્ટરોએ કાલેરાના રોગ ઉપર ખાસ ઉપયોગી ઠરાવેલાં કેટલાંક ઔષધો:-

ડોક્ટર હેનીમાન—કાલેરાની શરૂઆતમાં દર્દીને આડા, ઉભટી થાય ત્યારે દશથી પંદર પંદર મિનિટે કપૂરના અર્કનાં પાંચ પાંચ ટીપાં પતાસાં કે સાકરના ગાંગડા ઉપર નાંખી બે કલાક સુધી આપવાથી શરીરમાં ગરમી આવવાનું, આડો, ઉભટી બંધ થઇ જવાનું, અને દર્દી જોખમમાંથી બચી જવાનું કહે છે.

ડોક્ટર રૂબીની—

”

ડોક્ટર રો—ગંધકનો ઉપયોગ કરવા કહે છે.

ડોક્ટર હેનીંગ—

”

ડોક્ટર રીચર્ડ—ત્રાંખું અને વીરેટમની હોમિયોપથીક રીતે બહામણ કરે છે.



કાલેરાનો રોગ થતો અટકાવવા માટે તથા થયેલ
રોગ મટાડવા માટે ઘણા લોકોમાં વિશ્વાસથી
વપરાતી તૈયાર મળતી કેટલીક દવાઓ
વિગેરે અને તે મળવાનાં ઠેકાણાં:—

- ડૉ. ખર્મનનો કપૂરનો ચર્ક.
ડૉ. એન. હોલનું કાલેરા રક્ષક.
આયોનિક ફાર્મસીનાં જર્મીસાઈડ (કાલેરા
થતો અટકાવવા માટે) કાલેરા સો-
લ્યુશન (કાલેરા થયેલ મટાડવા માટે.)
ડૉ. ખાટલીવાલાનું કાલેરાલ.
કેમ્પ કમ્પનીનું કાલેરા મિક્ચર તથા
કલોરોડીન.
ફ્રિમેનનું કલોરોડીન.
કૉલિસ પ્રાઉનનું કલોરોડીન.
પેટર્સનની કાલેરાની ગોળીઓ.
પેરીડેવિસનું પેનકિલર.
પાર્ક, ડેવિસ અને કંપનીની—પોટેશિયમ
—પરમેન્ગેનેટ પીલ્સ (ગોળીઓ.)

આ બધી તૈયાર દવાઓ તે તેના બનાવનારાઓ
પાસેથી તેમજ મોટા શહેરોમાં અંગ્રેજી દવા વેંદે-
ચનારાઓને ત્યાંથી મળી શકે છે.

આ લેખમાં જણાવવામાં આવેલાં
દેશી ચૂણો વિગેરેની તૈયાર બનાવટો.

સુંબઈ, “અંડુ પ્રામાસ્યુટિકલ
વર્કસ” તથા અમદાવાદ “ગુજરાત
આયુર્વેદિક પ્રામસી” માંથી તેમજ
તેમની મોટા શહેરોની એજન્સિઓમાંથી
મળી શકે છે.

(દેશી-વિદેશી બનાવટનાં તૈયાર મળતાં દરેક આપણ માથે
તે વાપરવાની સમજણ આપેલી હોય છે.)

કૌલેરા સંબંધી શરૂઆતથી તે અ-
ત્યાર સુધીની સંપૂર્ણ વિગતો અને શોધો
સંબંધી અંગ્રેજીમાં ઘણા વિસ્તારથી
લખાયેલાં વાંચવા લાયક પુસ્તક
“Cholera and Its Treatment” છે.

આ પુસ્તકના કર્તા—Dr.
Leonard Rogers, M.D.,
F. R. C. P., F. R. C. S.,
B.S., I.M.S. છે અને તે-
Smith, Station Street &
Co., Calcutta થી મળી
શકે છે.

કોલેરાના રોગને લગતાં અગત્યનાં ઉમેલ તથા ગુજરાતી પુસ્તકો વિગેરે.

List of the more Important Works on Cholera:-

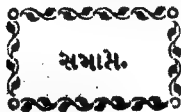
1. Cholera and Its Treatment—
By Leonard Rogers,
M. D., F. R. C. P., F. R. C. S., B. S., I. M. S.
2. Report on the Epidemic Cholera Morbus—
By James Jameson.
3. An Essay on the Epidemic Cholera of India.
By Reginald Orton.
4. Sketches of the most prevalent diseases of India
By James Annesley Esquire.
5. Notes on the Epidemic Cholera—
By R. Hartley Kennedy, M. D.
6. A Treatise on the Epidemic Cholera—
By Frederick Corbyn.
7. A Practical Account of the—Epidemic Cholera—
By William Twining
8. On Epidemic Cholera, Diarrhoea and Cholera,
their pathology and treatment, with a record
of cases—
By George Johnson.

9. Epidemic Cholera-By Charles Morshead.
10. Cholera in its home-By John Macpherson, M.D.
11. Article, on Epidemic Cholera in Reynold's System of Medicine. By Edward Goodeve
12. A Treatise on Asiatic Cholera-By C. Macnamara.
13. A History of Asiatic Cholera-By C. Macnamara.
14. Annals of Cholera-By John Macpherson.
15. Asiatic Cholera-By N. C. Macnamara.
16. Asiatic Cholera-Its History, Pathology and Modern Treatment, By A. J Wall, I. M. S.

૧ કાલેરા, પ્લેગ અને બીજા ચેપી રોગો-કતી-પ્રાણજીવન
જગજીવન મહેતા, ઇમ. ડી.

હે અવિનાશી ! અવનિમાંથી-અહંકાર, અદેખામ,
અસંતોષ, અજ્ઞાન અને અકાલ મૃત્યુ
ઓછાં કર.

પરમાત્મા જગત્નું કલ્યાણ કરો.



દરેક કુટુંબમાં વંચાવા લાયક-યુવતીઓ માટે
નીતિ વાંચનનો ઝરો-

(દોહરો.)

નીતિ વાંચન વાંચીને, નિર્મળ જીવન થાય;
મન સુધરે બુદ્ધિ ખીલે, કુટુંબ કલહો જાય.

મે. પબ્લિક ઇન્સ્ટ્રક્શનના ડિરેક્ટર સાહેબે મુંબઈ મલાકામાં
પ્રાથમિક કન્યાશાળાઓ માટે ઇનામ તેમજ લાઇબ્રેરી
માટે મંજૂર કરેલું તથા શ્રીમન્ત વડોદરા સરકારે
શાળા લાઇબ્રેરી તથા શાળાઓમાં ઇનામ
ખાતે મંજૂર કરેલું:—

સૌભાગ્ય શિક્ષાબિંધ.

આ પુસ્તક ખરીદનારે “ પાંચમી આવૃત્તિ ” હોય તેજ
તપાસી ખરીદવા વિનંતિ છે.

(સારા કાગળ, સારી છપાઇ તથા સુંદર સુશોભિત પુસ્તક.
કિંમત રૂપિયા સવા. વી. પી. પી. ખર્ચ જુદું.)

સૌભાગ્ય શિક્ષાબિંધ પુસ્તકમાં આવતાં પ્રકરણો—
પ્રકરણ ૧ જી—બાળકના શરીર તરફ માતાએ પ્રથમથીજ ધ્યાન
દેવાની જરૂર. પ્ર. ૨ જી—માતાએ ઘરગતુ દેશી વૈદક ઉપાયો
બાળકના હિત માટે જાણવાની જરૂર. પ્ર. ૩ જી—પુત્રીઓને કેવા
પ્રકારનું શિક્ષણ ઉપયોગી થાય. પ્ર. ૪ જી—કન્યાવિકલ્પ એ

પણ અસમાન લગ્નનેા પાપક છે. પ્ર. ૫ મુ-આજ લગ્નથી
 થતી હાણુ. પ્ર. ૬ મુ-લગ્ન સંખ્યા વિચારવા જેવી ખાખતો.
 પ્ર. ૭ મુ-કન્યા તરફથી લગ્ન વખતે લેવાતી પ્રતિજ્ઞાઓ (સ-
 પ્તપદી) પ્ર. ૮ મુ-પત્ની ધર્મ-પત્નીની પતિ પ્રત્યે કરજ.
 પ્ર. ૯ મુ-પત્ની, પતિને કેવી રીતે પૂર્ણ વશ કરી શકે ! પ્ર.
 ૧૦ મુ-સ્ત્રીને, સાસરે શી રીતે સુખરૂપ થાય ! પ્ર. ૧૧ મુ-
 પરણ્યા પછી પિયરીયાં તરફ કેવી રીતે વર્તવું જોઈએ ! પ્ર.
 ૧૨ મુ-સાસરિયાંએ વહુ તરફ કેવું વર્તન રાખવું જોઈએ ! પ્ર.
 ૧૩ મુ સૌભાગ્યવતી સ્ત્રીઓના વ્રત નિયમની સફળતા શાથી
 થાય ! પ્ર. ૧૪ મુ-નીતિમય સંગીતથી સ્ત્રીના તનમન ઉપર થતી
 ઉમદા અસર. પ્ર. ૧૫ મુ-સ્વચ્છતા અથવા સુઘડતાનાં શોખીન
 થવાથી શરીરને થતા લાભ. પ્ર. ૧૬ મુ-તરૂણીઓએ સહવારમાં
 વહેલાં ઉઠવાથી થતો ફાયદો. પ્ર. ૧૭ મુ-તરૂણીઓએ રાખવી
 જોઈતી ઉત્તમ શુદ્ધવસ્થા. પ્ર. ૧૮ મુ-તરૂણીઓએ પાદશાસ્ત્રમાં
 પ્રવીણ થવાથી જરૂર, તે પર આપવું જોઈતું ધ્યાન અને ઝો-
 રાક માટે રાખવી જોઈતી સંભાળ. પ્ર. ૧૯ મુ-આહાર વિહારમાં
 નિયમિત રહેવાથી મળતા લાભ. પ્ર. ૨૦ મુ-રજેદર્શન (અટ-
 કાવ), સગર્ભાવસ્થા અને સૂવાવડના થતા જીવલેણ રોગો તરફ
 તરત ધ્યાન આપવાની જરૂર. પ્ર. ૨૧ મુ-તરૂણીઓએ ઉઘમી
 થવાથી થતા લાભ; અવકાશને વખતે શું કરવું જોઈએ !
 પ્ર. ૨૨ મુ-તરૂણીઓએ કરકસરથી રહેવાથી થતો ફાયદો;
 સંતોષ એજ ખરું સુખ. પ્ર. ૨૩ મુ-દેણા (કરજ) થી વળ-
 તો દાટ. પ્ર. ૨૪ મુ-અનુકમ્પા (દયા) પરોપકાર કરવો એજ
 પ્રમુખ અનેક અવરને દુઃખ દેવું એજ પાપ. પ્રકરણ ૨૫ મુ-

અપર ભાતાની પદવી ભોજવતી તરૂણીઓનું વર્તન કેવું બેઠકે !
 પ્ર. ૨૬ મું-પાડોશી તરીકે કર્તવ્ય પ્ર. ૨૭ મું-પરોણા (મેહે-
 માન) સત્કાર. પ્ર. ૨૮ મું-તરૂણીઓની ચાકર સાથેની વર્તણુક
 પ્ર. ૨૯ મું-તરૂણીઓનું પરપુરુષ પ્રત્યેનું વર્તન પ્ર. ૩૦ મું-ઠાઈ
 પણ ટેવને અતિ આધીન થવાથી યુવતિઓની થતી ઠકોડી.
 સ્થિતિ પ્ર. ૩૧ મું-તરૂણીઓને રખડવાની ટેવથી થતાં નુકસાન.
 પ્ર. ૩૨ મું-સારી નઠારી સોખત, તેની અસર અને પરિણામ.
 પ્ર. ૩૩ મું-સન્નારીઓની સલામાં ભાગ લેવાથી સ્ત્રીઓને થતા
 લાભ. પ્ર. ૩૪ મું-સ્ત્રીઓએ શું ! અને કેવાં રીતે વાંચવું ! પ્ર.
 ૩૫ મું-કેટલાંક અણુઘટતા રીવાજો. પ્ર. ૩૬ મું-મંદવાડ સમય
 સ્ત્રીની ઉપયોગીતા, અને દરદીની ભોજવત સંબંધ ખાસ
 લક્ષમાં રાખવા જરૂરી ખાખતો (આ પ્રકરણમાં સ્ત્રીની સ્વાભા-
 વિક યોગ્યતા, દરદીનો ઓરડો, દરદીનું ફનીચર, દરદીના ઓ-
 રડામાં છુટ હવા અને અજવાળું, દરદીને બેવા આવનારાઓ-
 ની વધુ બીડથી થતાં નુકસાન, સૂર્ય પ્રકાશના ફાયદા, દીવાની
 રોશની, દરદીને લગતી ચીજોની સાફસુફ, ડોક્ટરની પસંદગી
 અને મલાજ, ડોક્ટર, હવા અને દરદીની સ્થિતિ, દરદીની સાથે
 કેવું વર્તન રાખવું, અને દરદીના ઓરાક પોપાક વગેરેની વ્ય-
 સ્થા વગેરે અતિ અગત્યના વિષયો સંબંધસાજ ગુજરાતી
 ભણેલી સ્ત્રીઓ પણ સહેલાઈથી સમજી શકે એવી રીતે લખ-
 વામાં આવ્યા છે.) પ્ર. ૩૭ મું-સ્ત્રીની શ્રેષ્ઠતા. પ્ર. ૩૮ મું-
 સદ્વર્તની સુન્દરીઓ માટે સાક્ષરોના મતો (કુલીન કાન્તાઓની
 કિંમત આ એકજ પ્રકરણના વાંચનથી થઈ શકે તેમ છે.)
 પ્ર. ૩૯ મું-સુખદાયક શીખામણો. (આ પ્રકરણનું ધ્યાનપૂર્વક

વાંચન—મનન શ્રીમન્ત કે ગરીબ દરેક સ્ત્રીને સુસખીરૂપ થઈ પડે તેમ છે.) આ બધા મુખ્ય વિષયોમાં અનેક બીજી નાની નાની સ્ત્રીઉપયોગી ઔષધ બાબતોનો સમાવેશ થઈ બંધ છે. ગુજરાતી સિવાય હિન્દી તથા મરાઠી ભાષામાં આ પુસ્તક છપાવવા માગણી થઈ છે એજ તેની વિશેષ ઉપયોગીતાનો પૂરાવો છે.

વિદ્વાન ડોક્ટરોએ ઉત્તમ અભિપ્રાયો આપેલાં

સર્વોપયોગી પુસ્તકો:—

- (૧) મન્દ્યુએન્ડા શીવર સંબંધી ઉપયોગી માહિતિ, સૂચના તથા સામાન્ય ઔષધ—(કિં. આના આઠ, વી.પી. પી. ખર્ચ જુદું.)
- (૨) સર્પ દંશમાં તાત્કાલિક ઉપચાર (કિંમત આના ત્રણ, વી. પી. પી. ખર્ચ જુદું.)
- (૩) વીંછી ડંખના તાત્કાલિક ઉપચાર (કિંમત આના બે, વી. પી. પી. ખર્ચ જુદું.)
- (૪) શીતળા, ઓરી, અછબડા સંબંધી ઉપયોગી માહિતી સૂચના તથા સામાન્ય ઔષધ—(કિં. આના અઢી. વી. પી. પી. ખર્ચ જુદું.)
- (૫) દરદીની આવજત—(કિંમત આના ત્રણ, વી. પી. પી. ખર્ચ જુદું.)
- (૬) મરડી (પ્લેગ) સંબંધી ઉપયોગી માહિતી, સૂચના તથા સામાન્ય ઔષધ—(કિંમત આના આઠ, વી.પી. પી. ખર્ચ જુદું.)

ઉપર જણાવેલાં પુસ્તકો મળવાનું ટેકાણું—

નંદવરલાલ કેનેયાલાલ વેપલુવ.

જુનાગઢ—(મહિયાવાડ)

This is to certify that Natwarlal K. Vaishnav has attended an Examination at the Junagadh State Centre of the St. John Ambulance Association, and has been found qualified to render "First Aid to the Injured."

(Sd.) H. M. BHATT, (Sd.) HUGH RENDALL.

Local Hon. Secretary.

President of Centre.

(Sd) NARSHEE T. MEHTA, L. M. & S.,

Chief Medical Officer, Junagadh Surgeon Examiner

No. 567/N.

Indian Headquarters, St. John Ambulance Association,
Simla, 1st August, 1915.

HOME HYGIENE CERTIFICATE.

This is to certify that Natwarlal K. Vaishnav has attended a course of Elementary Instruction in Home Hygiene at the Junagadh Centre of the St. John Ambulance Association, and has passed the Examination

(Sd.) H. D. Rendall, I.C.S., (Sd.) Shivshanker V. Dav
President of Centre. Lecturer.

(Sd.) H. M. Bhatt. (Sd.) Narshee T. Mehta,
Local Hon. Secretary. C. M. O. J. S. Examiner

No. 240/N-16.

St. John's Gate, Clerkenwell, London E. C.
23-7-1916.

